

令和3年11月 献立使用材料予定表

横浜市立上菅田特別支援学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1	2	3	4	5
はくさいについて知る	神奈川県にも産地がある「だいず」について知る	文化の日	沢煮椀について知る	豆の種類について知る
麦ごはん 精白米 米粒麦 中華スープ 鶏肉 はくさい もやし チンゲンサイ にんじん ごま油 麻婆豆腐 豆腐 豚肉 ねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 砂糖 みそ でんぷん ごま油 トウバンジャン テンメンジャン 牛乳	はいがごはん はいが米 磯香あえ キャベツ こまつな きざみのり 鶏肉とだいずの煮物 だいず(水煮) 鶏肉 凍り豆腐 にんじん さといも こんにゃく しょうが 砂糖 かきたま汁 鶏卵 豆腐 ねぎ えのきたけ かんぴょう でんぷん 牛乳	 麦ごはん 精白米 米粒麦 ハンバーグきのこソース 鶏肉 豚肉 だいず えのきたけ しめじ ねぎ 砂糖 でんぷん さといものそぼろ煮 豚肉 さといも にんじん しょうが 砂糖 でんぷん 沢煮椀 豚肉 ごぼう にんじん だいこん みずな しょうが でんぷん 牛乳	ロールパン いんげん豆 コーン(缶) ピーンズサラダ にんじん たまねぎ 砂糖 米油 たらの クリームシチュー たら 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ほうれんそう 米油 小麦粉 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 脱脂粉乳 牛乳	
8	9	10	11	12
生揚げの栄養について知る	ラフランスについて知る	つくだ煮について知る	姉妹都市リヨン市(フランス)の料理を知る	栗について知る
はいがごはん はいが米 ならとたまごのスープ 鶏卵 たまねぎ なら はるさめ ごま油 でんぷん 生揚げと豚肉の みそ炒め 生揚げ 砂糖 豚肉 たまねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが 米油 みそ でんぷん トウバンジャン 牛乳	食パン かぶとブロッコリーのサラダ ブロッコリー かぶ 米油 砂糖 チリコンカーン 豚肉 だいず たまねぎ にんじん にんにく 米油 小麦粉 トマト(缶) ラフランスゼリー ラフランス(缶) りんごジュース 砂糖 アガー 牛乳	はいがごはん はいが米 のりのつくだ煮 きざみのり 砂糖 牛肉と切り干し だいこんの煮物 牛肉 にんじん 切り干しだいこん たまねぎ こまつな 米油 砂糖 石狩汁 鮭 じゃがいも だいこん はくさい にんじん ねぎ みそ 牛乳	ソフトフランス ベーコン じゃがいも たまねぎ にんにく パセリ オリーブ油 りんごジャム オニオングラタン風スープ たまねぎ にんじん にんにく こまつな 豚肉のソテー 豚肉 オリーブ油 レモン果汁 食パン オリーブ油 粉チーズ 牛乳	栗ごはん 精白米 栗 だいずの磯煮 だいず 凍り豆腐 にんじん 油揚げ ひじき ごま 米油 砂糖 鮭の塩焼き 鮭 豆腐 だいこん たまねぎ こまつな みそ 牛乳
15	16	17	18	19
はま菜ちゃんについて知る① 	はな菜ちゃんについて知る② 	はま菜ちゃんについて知る③ 	はま菜ちゃんについて知る④ 	食育の日
はいがごはん はいが米 沢煮椀 豚肉 えのきたけ にんじん はくさい みずな しょうが でんぷん はま菜ちゃんの友達丼 こまつな ごぼう たまねぎ 豚肉 鶏卵 砂糖 ももの寒天よせ もも(缶) ももジュース 砂糖 寒天 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 ふりかけ ちりめんじゃこ 砂糖 削り節 ごま はま菜ちゃんたっぷり 豆腐みそスープ 豚肉 油揚げ さつまいも キャベツ だいこん にんじん たまねぎ にはくさい しょうが 米油 でんぷん 牛乳	ごはん 精白米 大学いも さつまいも 砂糖 ごま 凍り豆腐の炒り煮 凍り豆腐 豚肉 にんじん ねぎ 砂糖 米油 はま菜ちゃんうどん うどん 豚肉 油揚げ だいこん ごぼう にんじん はくさい こまつな みそ 牛乳	ごはん 精白米 わかめスープ 豆腐 もやし ねぎ えのきたけ わかめ ごま油 はま菜ちゃんのおかわり豚豚 豚肉 だいこん こまつな にんじん たまねぎ ビーマン 生揚げ 米油 砂糖 でんぷん 牛乳	五穀ごはん 精白米 もちきび もちあわ ひえ 押麦 黒米 銀だらの しょうがあんかけ 銀だら しょうが 砂糖 でんぷん ゆずだいこん だいこん ゆず(果汁) 砂糖 みそ汁 油揚げ はくさい たまねぎ こまつな みそ 牛乳
22	23	24	25	26
ほうれんそうについて知る	勤労感謝の日	もみじ焼きについて知る	旬の食品(きのこ)を味わう	旬の食品(だいこん)の加工品について知る
麦ごはん 精白米 米粒麦 肉じゃが 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき 米油 砂糖 だいずとじゃこの炒り煮 だいず(水煮) でんぷん 米油 ちりめんじゃこ ごま 砂糖 すまし汁 豆腐 ほうれんそう えのきたけ 牛乳	 はいがごはん はいが米 もみじ焼き 鮭 マヨネーズ(ノンエッグ) にんじん 煮びたし はくさい にんじん 油揚げ のっぺい汁 鶏肉 さといも だいこん こまつな ねぎ こんにゃく でんぷん 牛乳	ロールパン かぶのスープ かぶ じゃがいも パセリ ワインナー きのこクリーム スパゲティ スパゲティ 鮭 たまねぎ ほうれんそう しめじ エリンギ えのきたけ にんにく 米油 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 脱脂粉乳 粉チーズ 牛乳	はいがごはん はいが米 ごま酢あえ 切り干しだいこん にんじん ごま 砂糖 チキンカレー 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん トマト(缶) しょうが にんにく 米油 小麦粉 パター トマトピューレ ブルーんはっこう乳	
29	30	☆献立について		☆今月のはま菜ちゃん 
五目豆について知る	いろいろな食品を組み合わせる大切さを知る	○11月は地産地消月間です。 はま菜ちゃん料理コンクール入賞作品を多く取り入れました。 ※はま菜ちゃん料理コンクールとは、横浜市環境創造局主催の 「横浜市で採れる野菜をつかった学校給食で食べてみたい料理」を 募集しているコンクールです。 ○旬の食材を多く取り入れました。 (鮭、だいこん、さといも、しめじ、えのきたけ など) ○国際理解の献立としてフランスの料理を取り入れました。		「キャベツ・ねぎ・ にんじん・だいこん」 を内田農園さんより 購入します。 
麦ごはん 精白米 米粒麦 変わり五目豆 だいず(水煮) 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも 米油 にんじん ビーマン こんにゃく 砂糖 ひじきのつくだ煮 ひじき 砂糖 ごま油 すまし汁 豆腐 だいこん ねぎ えのきたけ 牛乳	ぶどうパン ミックスフルーツ もち(缶) バイン(缶) みかん(缶) 砂糖 ミネストローネ ベーコン じゃがいも たまねぎ キャベツ かれいの香草焼き かれい にんにく パセリ オリーブ油 トマト(缶) にんじん いんげん豆 バジル にんにく オリーブ油 牛乳			