

令和4年2月 献立使用材料予定表

☆印は高等部3年生の、□印は読書月間のリクエストメニューです

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 |
|--|---|---|--|---|
| <p>☆今月のはま菜ちゃん </p> <p>「キャベツ・だいこん・ねぎ・にんじん」</p> <p>この3品については横浜市内産のものを使用する予定です。内田農園さんから購入予定です。</p> | <p>1</p> <p>きつねうどんの由来について知る</p> | <p>2</p> <p>とろろ昆布について知る</p> | <p>3</p> <p>行事食</p> <p>節分にちなんだ食品を知る</p> | <p>4</p> <p>本にでてくる料理を通して、食べ物に興味関心を持つ</p> |
| | <p>茶めし <small>はいが米</small></p> <p>だいこんのそぼろ煮 <small>豚肉 だいこん にんじん しょうが 米油 砂糖 でんぷん</small></p> <p>□きつねうどん <small>うどん 鶏肉 うすら卵(缶) ねぎ にんじん こまつな 油揚げ 砂糖</small></p> <p>☆黒みつゼリー <small>含蜜糖 アガー</small></p> <p>牛乳</p> | <p>はいがごはん <small>はいが米</small></p> <p>とろろ昆布のすまし汁 <small>とろろ昆布 ねぎ 豆腐</small></p> <p>☆肉じゃが <small>豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき 米油 砂糖</small></p> <p>ひじきのつくだ煮 <small>ひじき 砂糖 ごま油</small></p> <p>牛乳</p> | <p>ごはん <small>精白米</small></p> <p>五目豆 <small>だいず さつま揚げ にんじん ごぼう こんにゃく 昆布 砂糖</small></p> <p>さばのみそ煮 <small>さば しょうが 砂糖 みそ</small></p> <p>沢煮椀 <small>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</small></p> <p>牛乳</p> | <p>サンドパン <small>鶏肉 ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん パセリ</small></p> <p>コロッケ <small>豚肉 じゃがいも たまねぎ パン粉 米油</small></p> <p>□手作りプリン <small>鶏卵 砂糖 牛乳 生クリーム</small></p> <p>牛乳</p> |
| <p>7</p> <p>ワンタンについて知る</p> | <p>8</p> <p>おこた始めについて知る</p> | <p>9</p> <p>からだを温める料理(クリーム煮)について知る</p> | <p>10</p> <p>じゃこの栄養について知る</p> | <p>11</p> <p>建国記念の日</p> |
| <p>麦ごはん <small>精白米 米粒麦</small></p> <p>ワンタンスープ <small>豚肉 ワンタンの皮(小麦) キャベツ もやし にんじん</small></p> <p>麻婆豆腐 <small>豆腐 豚肉 にんじん ねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 みそ</small></p> <p>牛乳</p> | <p>麦ごはん <small>精白米 米粒麦</small></p> <p>煮びたし <small>はくさい にんじん 油揚げ</small></p> <p>たらのみぞれあんかけ <small>たら しょうが だいこん 砂糖</small></p> <p>おこた汁 <small>あずき 鶏肉 豆腐 さといも にんじん でんぷん だいこん ごぼう こまつな みそ</small></p> <p>牛乳</p> | <p>黒パン <small>精白米</small></p> <p>ホットマリネ <small>キャベツ じゃがいも かぶ 米油 砂糖</small></p> <p>マカロニのクリーム煮 <small>マカロニ 鶏肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう 米油 牛乳 豆乳</small></p> <p>プルーンの甘煮 <small>ドライプルーン</small></p> <p>牛乳</p> | <p>はいがごはん <small>はいが米</small></p> <p>かきたま汁 <small>鶏卵 豆腐 ねぎ でんぷん</small></p> <p>☆変わり五目豆 <small>だいず 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも 米油 にんじん こんにゃく 砂糖</small></p> <p>☆ふりかけ <small>こまつな ちりめんじゃこ ごま油</small></p> <p>牛乳</p> |  |
| <p>14</p> <p>千草焼きについて知る</p> | <p>15</p> <p>納豆はだいずからできていることについて知る</p> | <p>16</p> <p>カレーライスの作り方について知る</p> | <p>17</p> <p>様々な食材や料理の名前を知る</p> | <p>18</p> <p>食育の日</p> <p>切干しだいこんの栄養について知る</p> |
| <p>ごはん <small>精白米</small></p> <p>豚汁 <small>豚肉 豆腐 じゃがいも だいこん にんじん ごぼう こんにゃく</small></p> <p>千種焼き <small>鶏卵 豚肉 豆腐 にんじん ねぎ ほうれんそう 砂糖 米油</small></p> <p>牛乳</p> | <p>はいがごはん <small>はいが米</small></p> <p>納豆</p> <p>鶏肉とだいこんの煮物 <small>鶏肉 うすら卵(缶) だいこん にんじん しょうが こんにゃく 米油 砂糖</small></p> <p>みそ汁 <small>じゃがいも たまねぎ わかめ</small></p> <p>牛乳</p> | <p>□カレーライス <small>はいが米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 小麦粉 マーガリン</small></p> <p>ごま酢あえ <small>切干しだいこん にんじん ごま 砂糖</small></p> <p>牛乳</p> | <p>ミートソースパグティ <small>スパゲティ 豚肉 だいず たまねぎ トマト(缶) にんじん セロリー パセリ 米油</small></p> <p>□しりとりスープ <small>ウインナー なると コーン(缶) しめじ じゃがいも もやし</small></p> <p>□りんごケーキ(無シパン) <small>小麦粉 鶏卵 りんごジュース 牛乳 砂糖 りんご(缶)</small></p> <p>牛乳</p> | <p>麦ごはん <small>精白米 米粒麦</small></p> <p>切干しだいこんの煮物 <small>切干しだいこん 油揚げ にんじん 砂糖 米油</small></p> <p>かれないのしょうがあんかけ <small>かれない しょうが 砂糖 でんぷん</small></p> <p>呉汁 <small>だいず 油揚げ だいこん こまつな ねぎ しめじ ごぼう みそ</small></p> <p>牛乳</p> |
| <p>21</p> <p>長崎県の郷土料理について知る</p> | <p>22</p> <p>旬の食品(ほうれんそう)を味わう</p> | <p>23</p> <p>天皇誕生日</p> | <p>24</p> <p>パースデーメニュー</p> <p>きなこについて知る</p> | <p>25</p> <p>ハンバーグの由来について知る</p> |
| <p>☆こまつなチャーハン <small>精白米 ハム こまつな ねぎ にんじん ごま油</small></p> <p>ちゃんぽん <small>ちゃんぽん種 豚肉 えび いか はくさい にんじん もやし</small></p> <p>しゅうまい <small>しゅうまいの皮(小麦粉) 豚肉 たまねぎ しょうが パン粉 ごま油</small></p> <p>牛乳</p> | <p>ぶどうパン <small>小麦粉 砂糖</small></p> <p>☆さけのパン粉焼き <small>さけ パセリ こねぎ パン粉</small></p> <p>コーンスープ <small>にんにく 粉チーズ オリーブ油 コーン(缶) じゃがいも たまねぎ パセリ 牛乳 豆乳 脱脂粉乳 チキンブイヨン</small></p> <p>牛乳</p> |  | <p>麦ごはん <small>精白米 米粒麦</small></p> <p>みそ汁 <small>油揚げ はくさい しめじ こまつな みそ</small></p> <p>親子丼の具 <small>鶏卵 鶏肉 凍り豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん 砂糖 でんぷん</small></p> <p>牛乳</p> | <p>丸パン <small>小麦粉</small></p> <p>☆ハンバーグ <small>豚肉 鶏肉 トマト(缶) たまねぎ にんにく 米油</small></p> <p>ジャーマンポテト <small>じゃがいも パセリ ベーコン 米油</small></p> <p>豆と野菜のスープ <small>ウインナー はくさい たまねぎ にんじん いんげん豆</small></p> <p>牛乳</p> |
| <p>28</p> <p>のりの香りを感じる</p> | <p>☆献立について </p> <p>○節分にちなみ、大豆・大豆製品を多く取り入れました。</p> <p>○季節の食品を取り入れました。(はくさい・こまつな・みずな・だいこん・ほうれんそうなど)</p> <p>○高等部3年生のリクエストメニューを取り入れました。</p> <p>○郷土料理として、中学部2年峯崎先生に出身地「長崎県」の料理を取り入れました。(ちゃんぽん)</p> <p>○読書月間中に児童生徒が読んだ本に出てくる料理を取り入れました。</p> | | <p>☆高3リクエストメニュー</p> <p>3月で卒業する高等部3年生に、給食のリクエストメニューを募集しました。「おいしかったから、また食べたい」、「好物だから」、「ごはんとの相性がばつぐんだから」などの思いとともにリクエストをしてくれました。☆のマークがついている献立がリクエスト給食です。</p> | <p>□読書月間リクエスト給食</p> <p>11月の読書月間で読んだ本の中から給食で食べてみたい献立を募集しました。今年度は事前に図書司書の日野先生がおいしいそうな食べ物が出てくる本を選んでくれ、みんなでたくさん本を読むことができました。□のマークがついている献立がリクエスト給食です。</p> |
| <p>麦ごはん <small>精白米 米粒麦</small></p> <p>生揚げのそぼろ煮 <small>生揚げ 砂糖 豚肉 だいず じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが 米油 でんぷん</small></p> | <p>磯香あえ <small>キャベツ きざみり</small></p> <p>すまし汁 <small>えのきたけ ねぎ こまつな</small></p> <p>牛乳</p> | | | |