

6月きゅうしよくこんだてひょう

大阪府立箕面支援学校

6月1日(月)		6月2日(火)		6月3日(水)		6月4日(木)		6月5日(金)		6月8日(月)	
献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	胚芽精米	パン	胚芽精米	炊き込みご飯	胚芽精米	麦ごはん	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	胚芽精米	胚芽精米
	牛もも肉	酵母入りウインナ	油揚げ	鶏胸肉	油・人参	豚もも肉	鶏もも肉	鯖	鯖	牛ばら肉	
	にんにく・生姜	玉葱	ぶなしめじ	濃口醤油	酒・塩	生姜	生姜	塩・こしょう	玉葱	にんにく・生姜	
	ごま油	じゃがいも	濃口醤油	酒・塩	油	油	塩・こしょう	小松菜	塩・こしょう	油	
	三温糖	青ピーマン	削り節	豚と厚揚げの味噌炒め煮	濃口醤油	白ネギ	白ネギ	えのきたけ	人参	玉葱	
	濃口醤油	油	えんどう豆	えんどう豆	酒	濃口醤油	厚揚げ	人参	鰹節	人参	
	豆板醤	塩・こしょう	ごぼう	ごぼう	れんこん	薄口醤油	切干大根	切干大根	本みりん	脱脂粉乳	
	小松菜	卵	塩	塩	玉葱	薄口醤油	きゅうり	きゅうり	濃口醤油	ブルーン(乾)	
	もやし	牛乳	小麦粉・卵	小麦粉・卵	人参	薄口醤油	キャベツ	キャベツ	薄口醤油	とんかつソース	
わかめスープ	大根	トマトケチャップ	油	豚汁	鶏ガラスープ	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁	鶏ガラスープ	
	人参	ごぼう	豚もも肉	じゃがいも	ごぼう	人参	人参	人参	人参	有塩バター	
	三温糖	きゅうり	じゃがいも	ごぼう	塩	キャベツ	カットわかめ	じゃがいも	まいたけ	油	
	塩	スイートコーン	ごぼう	ごぼう	味噌	青梗菜	きゅうり	カットわかめ	カットわかめ	カットわかめ	
	酢	人参	塩	塩	煮	鶏味噌	しらす干し	信州味噌	信州味噌	キャベツ	
	ごま(いり)	塩・こしょう	油	油	煮	煮	塩	煮	煮	りよくともやし	
	ローズハム	濃口醤油	豚もも肉	豚もも肉	煮	煮	三温糖	出汁昆布	出汁昆布	人参	
	人参	ごまペースト	じゃがいも	じゃがいも	煮	煮	煮	削り節	削り節	薄口醤油	
	青梗菜	酢	ごぼう	ごぼう	煮	煮	煮	削り節	削り節	酢	
	えのきたけ	ショルダーベーコン	ごぼう	ごぼう	煮	煮	煮	削り節	削り節	三温糖	
ソフール	カットわかめ	玉葱・人参	ごぼう	ごぼう	ごぼう	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁	塩	
	青ネギ	キャベツ	塩	塩	塩	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁	ごま(いり)	
	鶏ガラスープ	えのきたけ	油	油	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
	塩・こしょう	干し椎茸	豚汁	豚汁	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
	薄口醤油	グリーンピース	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
	ソフール	塩・こしょう	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
		塩・こしょう	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
		鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
		塩・こしょう	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
		鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	鶏ガラスープ	煮	切干大根	切干大根	具だくさんの味噌汁	具だくさんの味噌汁		
エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	754 30.4 21.9 3.4	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	758 26.7 23.1 2.6	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	885 29 40.4 2.3	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	704 30.3 19.3 3.2	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	698 36.3 20 2.5	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	886 22.6 33 3

6月9日(火)		6月10日(水)		6月11日(木)		6月12日(金)		6月15日(月)		6月16日(火)	
献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
胚芽精米	胚芽精米	胚芽精米	胚芽精米	パン	パン	胚芽精米	胚芽精米	スバゲッティ	スバゲッティ	胚芽精米	胚芽精米
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	米	マカロニ	えんどう豆	えんどう豆	塩	塩	ご飯	豚もも肉
揚げの鮭の野菜あんかけ	鮭 生姜・酒・塩 片栗粉 油 玉葱・人参 干し椎茸 グリーンピース 削り節・酒 本みりん 薄口醤油 片栗粉	五目豆腐	木綿豆腐 豚もも肉 むきえび 生姜 油 ごま油 うずらの卵 人参 玉葱 青梗菜 きくらげ(乾) 鶏ガラスープ 塩・こしょう 濃口醤油 片栗粉	米粉パン	鶏もも肉 油 じゃが芋 玉葱 ブロッコリー 有塩バター 小麦粉 牛乳 塩・こしょう 鶏ガラスープ 粉チーズ パン粉	えんどうご飯	牛もも肉 油 玉葱 人参 じゃが芋 焼き豆腐 しらたき 三温糖・塩 濃口醤油 薄口醤油 さやえんどう 出汁昆布 削り節	ミートソース	合びき肉 にんにく・生姜 油 塩・こしょう 玉葱・人参 ぶなしめじ なす・パセリ 粉チーズ 小麦粉 ホールトマト トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン 鶏ガラスープ 三温糖	酢豚	濃口醤油 生姜 酒 片栗粉 人参 玉葱 油 筍 青ピーマン 干し椎茸 パインアップル 三温糖 酢 濃口醤油 片栗粉
冬瓜汁	鶏胸肉 冬瓜・人参 生姜 青梗菜 塩・こしょう 薄口醤油 鶏ガラスープ 片栗粉	中華風サラダ	鶏胸肉 人参 きゅうり カットわかめ ごま油 本みりん 濃口醤油 酢・三温糖 塩・こしょう ごま(いり)	野菜スープ	ショルダーベーコン 玉葱 人参 キャベツ えのきたけ 干し椎茸 グリーンピース 塩・こしょう 鶏ガラスープ	肉じゃが	小松菜 ぶなしめじ 大根 しらす干し 酢・塩 三温糖	ミモザサラダ	卵 ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 干しぶどう 薄口醤油 マヨネーズ	春雨スープ	春雨 ロースハム 人参 干し椎茸 青梗菜 鶏ガラスープ 塩・こしょう 薄口醤油
梅ひじきふりかけ	ひじき 梅干 ごま(いり) 濃口醤油 本みりん	ソフトクリーム	ヨーグルト	いちごジャム	ジャム	おろし和え					
給食試食会											
エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	803 33.3 29.9 2.9	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	719 32.3 23.1 2.4	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	877 29.5 31.4 3.1	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	707 30.2 18.5 3.5	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	781 30.6 27.5 2.9	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	740 24.5 21.6 2.3

* 材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。

* 続けて3日以上または、4週以上決まった曜日に欠食する場合は前週の月曜日までに欠食届を提出してください。欠食届を提出していただきました分につきましては、年度末に精算し返金いたします。

平成27年度 6月きゅうしょくこんだてひょう

大阪府立箕面支援学校

6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)
献立 牛乳 パン バター パン 照り焼きチキン ポテトサラダ 野菜スープ	献立 牛乳 ごはん 鰯の南蛮焼き わかめの酢の物 豆乳胡麻味噌汁	献立 牛乳 チャーハン ボン麺 浦上そばろ	献立 牛乳 ごはん 鰯の味噌マヨネーズ焼き からし和え わかめの味噌汁	献立 牛乳 米粉パン ビーフシチュー 野菜サラダ	献立 牛乳 中華風炊き込みごはん 春雨サラダ 冬瓜の煮物 ピーチゼリー
食品名 牛乳 パン 鶏もも肉 生姜 濃口醤油 本みりん 酒 じゃが芋 おから 人参 玉葱 ロースハム 青ピーマン 塩・こしょう 薄口醤油 マヨネーズ 三温糖 ショルダーベーコン 玉葱 人参 キャベツ えのきたけ 干し椎茸 グリーンピース 塩・こしょう 鶏ガラスープ	食品名 牛乳 胚芽精米 鰯 塩・酒 濃口醤油 三温糖・酢 ごま油 青ネギ 豆板醤 カットわかめ キャベツ りょうとうもやし 人参 薄口醤油 酢・塩 三温糖 ごま(いり) ごぼう じゃが芋 人参 油揚げ ぶなしめじ 豆乳 ごま(いり) 信州味噌 麹味噌 出汁昆布 削り節	食品名 牛乳 焼きそば麺 豚バラ肉 油 にんにく・生姜 するめいか むきえび 塩・こしょう 玉葱・人参 キャベツ 干し椎茸 さやえんどう ラード 鶏ガラスープ 濃口醤油 酒 豚モモ肉 油 ごぼう・人参 つきこんにやく りょうとうもやし 濃口醤油 三温糖 本みりん	食品名 牛乳 胚芽精米 鰯 本みりん マヨネーズ 信州味噌 ごま(いり) 小松菜 えのきたけ 人参 からし(粉) 本みりん 薄口醤油 濃口醤油 大根 人参 油揚げ カットわかめ まいたけ 青ネギ 信州味噌 麹味噌 出汁昆布 削り節	食品名 牛乳 パン 牛もも肉 油 じゃが芋 人参 玉葱 マッシュルーム ブロッコリー 有塩バター 小麦粉 ウスターソース とんかつソース トマトケチャップ 塩・こしょう 鶏ガラスープ 人参 キャベツ きゅうり スイートコーン 塩・こしょう 酢 オリーブオイル	食品名 牛乳 胚芽精米 豚もも肉 濃口醤油 酒・生姜 ごま油 干し椎茸 筍・人参 三温糖・塩 さやえんどう 春雨 人参 きゅうり ロースハム 酢 濃口醤油 塩・こしょう 三温糖 ごま油 鶏もも肉 厚揚げ 冬瓜・人参 青梗菜・生姜 酒・塩・こしょう 薄口醤油 鶏ガラスープ 片栗粉 ゼリー
エネルギー 767 たんぱく質 31.8 脂質 32.6 食塩相当量 2.4	エネルギー 731 たんぱく質 38.5 脂質 20 食塩相当量 2.7	エネルギー 804 たんぱく質 32.1 脂質 29 食塩相当量 3.7	エネルギー 726 たんぱく質 35.9 脂質 25.5 食塩相当量 2.9	エネルギー 802 たんぱく質 27.7 脂質 29.9 食塩相当量 2.7	エネルギー 754 たんぱく質 27.3 脂質 24.2 食塩相当量 3.2

毎月19日は
食育の日
長崎県の
郷土料理

6月25日(木)	6月26日(金)	6月29日(月)	6月30日(火)
献立 牛乳 ごはん 鰯の味噌煮 茹でキャベツ のっぺい汁	献立 牛乳 ごはん 豚肉の辛味炒め 三色なます 夏野菜の味噌汁	献立 牛乳 二色丼 けんちん汁 手作り抹茶蒸しケーキ	献立 牛乳 揚げパン(全粒粉パン) ポークビーンス ツナサラダ
食品名 牛乳 胚芽精米 鰯 麹味噌 生姜 本みりん 三温糖 酒 濃口醤油 キャベツ 人参 塩 鶏もも肉 片栗粉 木綿豆腐 だいこん 人参 里芋 干し椎茸 青ネギ 出汁昆布 削り節 塩 濃口醤油	食品名 牛乳 胚芽精米 豚もも肉 油 にんにく 玉葱 小松菜 ウスターソース 濃口醤油 三温糖 豆板醤 大根 人参 ほうれん草 ごま(いり) 酢 薄口醤油 塩 三温糖 玉葱 なす 人参 かぼちゃ モロッコ豆 信州味噌 麹味噌 出汁昆布 削り節	食品名 牛乳 鶏挽肉 玉葱・生姜 しらたき 三温糖・酒 濃口醤油 小松菜・塩 木綿豆腐 大根・人参 里芋・ごぼう つきこんにやく 青ネギ 出汁昆布 削り節 塩 薄口醤油 ごま油 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 三温糖 抹茶 牛乳 油 はちみつ 酢 甘納豆	食品名 牛乳 パン 油 きな粉 グラニュー糖 塩 大豆 豚もも肉 油 じゃが芋 玉葱 人参 トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース 塩・こしょう 三温糖 鶏ガラスープ シーチキン水煮 キャベツ きゅうり スイートコーン 油 三温糖 塩・こしょう 酢
エネルギー 754 たんぱく質 38.4 脂質 23.8 食塩相当量 2.6	エネルギー 669 たんぱく質 25.5 脂質 17.5 食塩相当量 2.2	エネルギー 719 たんぱく質 32.3 脂質 23.1 食塩相当量 2.4	エネルギー 877 たんぱく質 32.7 脂質 32.7 食塩相当量 2.9



3日、12日に使用するえんどう豆のさや剥きを小学部、中学部、高等部の児童生徒が各授業で実施します。各日も8キロというたくさんさんの量を分担してむいてもらいます。作業中のみんなの様子は、食べ物だよりで紹介します。

また、12日に肉じゃがに使用する玉ねぎの皮むぎと、さやえんどうの筋取りという作業を高等部の生徒が家庭科の授業で実施します。

毎月19日は
食育の日

今日は長崎県の郷土料理です。
長崎県は港から、中国やポルトガル、オランダなどの外国の文化が伝わり、料理もその影響を大きく受けています。

チャンポン麺は、中国から長崎にきた人が考案したと言われています。たくさんのお肉を入れた栄養満点のチャンポンは、たちまち広まったと言われています。

浦上そばろは、浦上という地域に伝えられたことからきています。
中国の影響か、もやしをたくさん使うそうです。

1ヶ月平均
エネルギー 773 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 25.7 g 食塩相当量 2.9 g

*小学部は7割

* 材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。

* 続けて3日以上または、4週以上決まった曜日に欠食する場合は前週の月曜日まで欠食届を提出してください。欠食届を提出していただきました分につきましては、年度末に精算し返金いたします。