

平成28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1日(水)		6月2日(木)		6月3日(金)		6月6日(月)		6月8日(水)		6月9日(木)			
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		
カレーうどん	うどん(ゆで) 牛もも肉 生姜 にんにく 油 玉葱 人参 青ネギ 小麦粉 有塩バター 油 ウスターソース 濃口醤油 塩 カレー粉 ブルー(乾) 脱脂粉乳 鶏ガラスープ	ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	減量米粉パン	パン		
ドイツ風サラダ	じゃが芋 ショルダーベーコン 玉葱 トマト 青ピーマン 油 三温糖 穀物酢 塩 こしょう	鯖の味噌煮	鯖 麴味噌 生姜 本みりん 三温糖 酒水	鶏肉の酢豚風	鶏もも肉 濃口醤油 生姜・酒 片栗粉 油 人参・玉葱 ごま油 筍 青ピーマン 干し椎茸 三温糖 酢 濃口醤油 片栗粉 塩・こしょう	小松菜の胡麻和え	鰯 塩・酒・酢 濃口醤油 三温糖 ごま油 葉ねぎ 小松菜 えのきたけ 人参 ごま(いり) 本みりん 濃口醤油 薄口醤油	豚と厚揚げの味噌炒め煮	豚もも肉 生姜 油 塩 こしょう 白ネギ 濃口醤油 酒 厚揚げ れんこん 人参 玉葱 人参 キャベツ 青梗菜 麴味噌	春雨サラダ	春雨 人参 きゅうり ロースハム 酢 濃口醤油 塩 三温糖 ごま油	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 ジャム
エネルギー 757 たんぱく質 26.5 脂質 26.8 食塩 3.5		エネルギー 720 たんぱく質 35 脂質 21.9 食塩 2.3		エネルギー 846 たんぱく質 28.2 脂質 27 食塩 2.5		エネルギー 720 たんぱく質 37.3 脂質 18 食塩 2.4		エネルギー 767 たんぱく質 29.4 脂質 24.3 食塩 3		エネルギー 837 たんぱく質 28.6 脂質 31.5 食塩 3.2			

6月10日(金)		6月13日(月)		6月14日(火)		6月15日(水)		6月16日(木)	
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
ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	揚げパン	全粒粉パン 油 きな粉 グラニュー糖 塩	ひじきご飯	胚芽精米 油揚げ 鶏胸肉 ひじき 干し椎茸 人参 濃口醤油 薄口醤油 酒 削り節	ご飯	胚芽精米
肉じゃが	牛もも肉 牛肩ロース肉 油 玉葱 じゃが芋 焼き豆腐 しらたき 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 塩 さやえんどう 昆布 削り節	五目豆腐	木綿豆腐 豚もも肉 むきえび 生姜 ごま油 うずら卵 人参 玉葱 青梗菜 ぎくらげ 鶏ガラスープ 塩・こしょう 濃口醤油 片栗粉	ポトフ	鶏もも肉 人参 じゃが芋 玉葱 キャベツ ブロッコリー 生椎茸 鶏ガラスープ 塩 こしょう	がんもどきの煮つけ	がんもどき 削り節 三温糖 本みりん 薄口醤油	鮭の塩焼き	鮭 塩 大豆 ごぼう 人参 つきこんにやく さつま揚げ 刻み昆布 三温糖 濃口醤油 油
切干大根の三杯酢	切干し大根 人参 カットわかめ きゅうり しらす干し 酢 塩 三温糖	中華風サラダ	鶏ささみ肉 人参 りよくとうもろやし 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)	ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり スイートコーン 人参 塩 濃口醤油 練りゴマ こしょう 酢	沢煮椀	豚もも肉 大根 人参 ごぼう つきこんにやく えのきたけ 青ネギ 昆布 削り節 塩 薄口醤油	ワカメの味噌汁	大根 人参 油揚げ カットわかめ 干し椎茸 青ネギ 信州味噌 麴味噌 昆布 削り節
エネルギー 748 たんぱく質 27.9 脂質 20.2 食塩 2.7		エネルギー 725 たんぱく質 33.3 脂質 23.1 食塩 2.4		エネルギー 790 たんぱく質 26.1 脂質 29 食塩 2.9		エネルギー 772 たんぱく質 36.1 脂質 28.2 食塩 3.4		エネルギー 749 たんぱく質 35.6 脂質 25.5 食塩 2.3	

○給食室からの
お知らせ○

**6月21日(火)
給食試食会**

今年度はパンが主食の献立にしています。参加を希望される保護者様は6月3日(金)までにお申し込みください。

当日は、給食の調理の様子の紹介や、段階食の試食も予定しております。

保護者のみなさまと様々なお話を出来る貴重な機会です。たくさんのご参加を楽しみにしております。

1ヶ月平均
エネルギー 771 kcal
たんぱく質 31.7 g
脂質 25.4 g
食塩相当 2.9 g

* 中学部・高等部の栄養量を表示しています。小学部は約7割です。
 * 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。

*小学部は7割

平成28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(金)		6月20日(月)		6月21日(火)		6月22日(水)		6月23日(木)		6月24日(金)		
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	大牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	ご飯	パン	ご飯	スパゲッティ	ご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米	
がめ煮	鶏もも肉 油 人参 ごぼう れんこん こんにゃく たけのこ 里芋 さつま揚げ 生椎茸 三温糖 本みりん 薄口醤油 濃口醤油 さやえんどう	野菜サラダ	ハヤシライス	かみ	米 かん 粉 ゼリ ー パン	ミートソース	ゆがき塩	豚肉の生姜焼き	豚肩ロース 酒 生姜 濃口醤油 三温糖 玉葱 油	揚げ鰯の野菜あんかけ	鰯 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	
そうめんちり	鶏胸肉 白菜 人参 白ネギ 焼き豆腐 そうめん 酒 三温糖 本みりん 濃口醤油 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 濃口醤油 練りゴマ	照焼チキン	じゃがいも おから 人参 玉葱 ショルダーベーコン 青ピーマン 塩・こしょう 薄口醤油 マヨネーズ 三温糖	ポテトサラダ	ツナサラダ	ぶなしめじ パセリ 粉チーズ 小麦粉 ホルトマト 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	小松菜 えのきたけ 人参 削り節 本みりん 濃口醤油 薄口醤油	小松菜のおかかか 和え	人参 大根 玉葱 じゃが芋 まいたけ カットわかめ 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節	梅ひじきふりかけ	鶏胸肉 冬瓜 人参 生姜 青梗菜 酒 塩・こしょう 薄口醤油 鶏ガラスープ 片栗粉
エネルギー 807 たんぱく質 33.4 脂質 21.4 食塩 2.8	エネルギー 835 たんぱく質 22.5 脂質 33.6 食塩 2.7	エネルギー 820 たんぱく質 33.1 脂質 30.4 食塩 2.4	エネルギー 736 たんぱく質 31.8 脂質 21.8 食塩 2.8	エネルギー 766 たんぱく質 33.1 脂質 26.3 食塩 2.7	エネルギー 803 たんぱく質 33.3 脂質 29.9 食塩 2.9							

毎月19日は 食育の日 福岡県の郷土料理

給食試食会

6月27日(月)		6月28日(火)		6月29日(水)		6月30日(木)	
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
三色そばろ井	胚芽精米	コッペパン	パン	中華風炊き込みご飯	胚芽精米	ご飯	胚芽精米
ワカメの味噌汁	鶏挽肉 油 生姜 三温糖 酒 濃口醤油 卵 三温糖 塩 小松菜 塩	野菜サラダ	鶏もも肉 塩・こしょう 小麦粉 卵 トマトケチャップ	春雨 ローズハム 人参 干し椎茸 青ネギ 鶏ガラスープ 塩 こしょう 薄口醤油	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 さやいんげん	鯖の塩焼き	鯖 塩
大根 人参 油揚げ カットわかめ 干し椎茸 青ネギ 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節	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	シウマイ	豚ひき肉 玉葱 薄口醤油 塩・酒・生姜 片栗粉 ごま油 しゅうまいの皮 グリーンピース	小松菜の胡麻和え	小松菜 えのきたけ 人参 ごま(いり) 本みりん 濃口醤油 薄口醤油	夏野菜の味噌汁	玉葱 なす 人参 かぼちゃ モロッコ豆 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節
エネルギー 746 たんぱく質 36.1 脂質 23.1 食塩 2.8	エネルギー 777 たんぱく質 33.3 脂質 29.5 食塩 3.4	エネルギー 748 たんぱく質 29.2 脂質 21.8 食塩 2.9	エネルギー 722 たんぱく質 36 脂質 21.7 食塩 2.5				

毎月19日は 福岡県の郷土料理 がめ煮

食育の日 **そうめんちり**

がめ煮とは「筑前煮」のことです。昔、福岡県の北部を「筑前の国」と呼んでいたことから「筑前煮」と言われるようになりました。

「がめ煮」の由来は、いろいろな食材を使用するので「寄せ集める」という「がめりこむ」という方言から来た説と、すっぽんを使っていたので、すっぽんの博多弁「がめ」から来たという説があるそうです。

ちりとは「ざらめ」という黄褐色の粒の大きな砂糖を使い鶏肉と野菜を煮たものです。昔は砂糖も高級だったので、ざらめをたくさん使った「ちり」はごちそうでした。



*中・高学年の栄養量を表示しています。小学部は約7割です。
*材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。