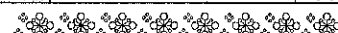


令和3 年度 大阪府立東淀川支援学校

[illegible]

2022年 3月11日(金)		2022年 3月15日(火)		2022年 3月16日(水)		2022年 3月17日(木)		2022年 3月18日(金)		2022年 3月22日(火)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
【牛乳】	138	【牛乳】	138	【牛乳】	138	【牛乳】	138	【牛乳】	138	【牛乳】	138
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【牛めし】	385	【和風カレー丼】	540	【はいがごはん】	313	【海南鶏飯】	530	【ごはん】	313	【はいがごはん】	313
はいがまい		はいがまい		はいがまい		はいがまい		おおさかさんまい		はいがまい	274
牛肉		豚肉		【さばのしょうが煮】	210	コンソメ(粉末)		【豚肉の梅風味いため】	135	【すき焼き風煮】	
ごぼう		清酒(純米酒)		まさば		綿実油		豚肉		牛肉	
にんじん		★油揚げ		しょうが		しょうが		玉葱		清酒(純米酒)	
上白糖		玉葱		こいくちしょうゆ		にんにく		にんじん		綿実油	
こいくちしょうゆ		にんじん		清酒(純米酒)		食塩		青ピーマン		はくさい	
本みりん		白ねぎ		本みりん		鶏肉		綿実油		糸こんにゃく	
清酒(上撰)		ぶなしめじ		上白糖		こいくちしょうゆ		こいくちしょうゆ		★厚揚げ	
うすくちしょうゆ		しょうが		昆布だし		中華だし		本みりん		にんじん	
本みりん		綿実油		水		食塩		上白糖		こまつな	
清酒(上撰)		カレーパウダー		【がんもどきのみそ煮】	175	ごま油		清酒(純米酒)		白ねぎ	
かつお昆布だし		こいくちしょうゆ		豚肉		【たれ】		梅びしお		焼きふ(観世ふ)	
きぬさや(冷凍)		削り節・昆布だし		★がんもどき		白ねぎ		【五目豆】	90	削り節	
ごま(いり)		かたくり粉		じゃがいも		しょうが		★大豆(国産、ゆで)		黒砂糖	
【どさんこ汁】	159	【切干大根のゆず風味】	23	玉葱		砂糖		にんじん		上白糖	
豚肉		切干しだいこん		さんどまめ(冷凍)		酒		ごぼう		本みりん	
清酒(上撰)		もやし(細)		にんじん		うすくちしょうゆ		板こんにゃく		清酒(上撰)	
★木綿豆腐		上白糖		上白糖		米酢		れんこん		食塩	
じゃがいも		食塩		こいくちしょうゆ		ごま油		刻み昆布		こいくちしょうゆ	36
玉葱		米酢		赤みそ		【ワナンスープ】	109	上白糖		【ごま酢和え】	
とうもろこし(冷凍)		ゆず(果汁、生)		削り節		★ワナタン		黒砂糖		きゅうり	
りよくとうもろこし				水		干し椎茸		こいくちしょうゆ		チンゲンツァイ	
葉ねぎ				【キャベツと三度豆のかつお梅風味】	21	にんじん		本みりん		ごま(いり)	
にんじん				キャベツ		もやし(細)		かつお昆布だし		うすくちしょうゆ	
赤みそ				さやいんげん		玉葱		【みそ汁】	56	食塩	
白みそ				かつお加工品(削り節)		青ねぎ		だいこん		上白糖	
★有塩バター				梅肉		うすくちしょうゆ		玉葱		米酢	
昆布だし				上白糖		清酒(純米酒)		にんじん		【やさいふりかけ】	9
削り節				米酢		食塩		糸みつば		やさいふりかけ	
水				うすくちしょうゆ		白こしょう		ぶなしめじ			
【ブロッコリーおかかあえ】	22					鳥がらだし		カットわかめ			
ブロッコリー						水		赤みそ			
かつお加工品(かつお節)						【だいこんときゅうりの辛みづけ】	15	白みそ			
こいくちしょうゆ						だいこん		昆布だし			
本みりん						きゅうり		削り節			
かつお昆布だし						上白糖		水			
						うすくちしょうゆ					
						ラー油					
			</								

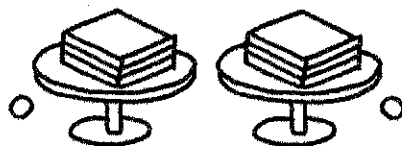


2022年 3月23日(水)	
献立名/食品名	kcal
【牛乳】	138
★牛乳	
【ハヤシライス】	576
はいがまい	
豚肉	
マッシュルーム	
玉葱	
にんじん	
セロリー	
綿実油	
トマトピューレ	
トマトケチャップ	
ローレル(粉)	
食塩	
白こしょう	
デミグラスソース	
濃厚ソース	
ウスターソース	
薄力粉	
綿実油	
水	
【キャベツのサラダ】	60
まぐろ缶詰(油漬フレーク)	
キャベツ	
とうもろこし(カーネル冷凍)	
きゅうり	
上白糖	
食塩	
白こしょう	
白ワインビネガー	
うすくちしょうゆ	
綿実油	
【セレクトデザート】	
★プリン(豆乳クリーム入り)	60
★紅茶のムース	66
プリン:砂糖、水あめ、豆乳加工品、ぶどう糖果糖液糖、ショートニング、ドロマイト、食塩、ゲル化剤、香料、着色料、乳化剤、着色料(ビタミンB2・カロテン)、水	
紅茶のムース:乳等を主要原料とする食品、カスタードパウダー、グラニュー糖、ゼラチン、紅茶濃縮エキス、ゲル化剤香料製剤、着色料、乳化剤、水	
プリンの場合	834
紅茶のムースの場合	840



ひな祭りの由来

中国では昔、^{むかし}稲の苗を植える3月に、人々は水辺で^{みづべ}体を清めました。それが日本に人形を川に流す流^{なが}しびなとして伝わりました。
平安にはお姫様の間でひいな遊びが始まり、江戸時代になると流しびなとひいな遊びが結びつき、今^{いま}のようなひな祭りとなったそうです。



へんしん! お米

ひな祭りの節句菓子の代表といえば、ひなあられ。関東地方のひなあられは、蒸したもち米を乾燥させ、さらに炒って砂糖をかけて色をつけます。一見わかりにくいのですが、お米が変身したもののな^なのです。中部地方や西日本では、丸い形で塩味やしょう油味のあられを供えます。



※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の11に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。