

令和元年度										6月こんだてひょう										大阪府立岸和田支援学校									
日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質		日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質		日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質	
3 (月)	 はいがごはん		ぶたにくのプルコギふう	ごまゆ	ぶたにく	あかピーマン にんにく	しょうゆ ソース ケチャップ かきゆ トウバンジャン	597 26.7 15.5		3 (月)	 はいがごはん		はくさいスープ	はるさめ	とりにく わかめ とうふ	にんじん はくさい チンゲンサイ たまね ぎ	しょうゆ ソース ケチャップ しお がらだし しお さけ しょうゆ	597 26.7 15.5		4 (火)	 ぱん		ビーフシチュー	あぶら じゃがいも バター こむぎこ さとう	ぎゅうにく スキムミルク	たまねぎ にんにく パセリ	ピュレ ワイン ケチャップ しお がらだし ソース	721 26.2 26.8	
4 (火)			やさいサラダ			キャベツ にんじん きゅうり				4 (火)			ごまドレッシング							5 (水)	 おやこどんぶり		おやこどん	さとう かたくりこ	とりにく たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん	かつおだし みりん しょうゆ	669 27.4 15.2	
5 (水)			ぐだくさんみそしる			キャベツ にんじん ねぎ	かつおだし さけ			5 (水)			オレンジゼリー			オレンジゼリー				6 (木)	 ココアしょうパン はんりよう		スパゲティマトソース	スパゲティ オリーブゆ さとう	ハム	なす トマトかん にんにく たまねぎ ピーマン にんじん マッシュルーム	ケチャップ しお コンソメ ソース ワイン	602 25.2 15.5	
6 (木)			けんちんじる			キャベツ にんじん ブロッコ リー	しお コンソメ しょうゆ			6 (木)			ポトフ	あぶら じゃがいも	ウインナー	キャベツ たまねぎ にんじん ブルック リー	しお コンソメ しょうゆ			7 (金)	 はいがごはん		とりとがんものにも	さとう こんにやく	がんもどき とりにく	にんじん たまねぎ だいこん	かつおだし さけ みりん しょうゆ	601 25.3 15.6	
10 (月)			いわしのうめに			かぼちや みょうが	かつおだし さけ			10 (月)			こまつなのおひたし	ごま さとう		こまつな しめじ にんじん	しょうゆ さけ			556 26.1 13.0				うめ		しょうゆ さけ			
11 (火)			かぼちやとみょうがのみそしる			かぼちや みょうが	かつおだし さけ			11 (火)			サフランライス	あぶら	ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	がらだし ソース カレーパウ ダ ケチャップ	597 23.4 16.9		12 (水)	 きつねどん		きつねどんぶり	かたくりこ さとう	とりにく あぶらあげ	ねぎ たまねぎ	かつおだし しょうゆ みりん	538 24.6 15.2	
12 (水)			キャベツのこんぶあえ			キャベツ にんじん	しょうゆ かつおだし			12 (水)			キャベツのこんぶあえ		こんぶ	キャベツ にんじん	しょうゆ かつおだし			656 27.2 18.7				たまねぎ トマトかん	にんじん にんにく ピーマン	ケチャップ ピザソース ワイン しお			
13 (木)			とりにくのピザふうやき			こまつな キャベツ にんじん たまねぎ さやいんげん	しお コンソメ			13 (木)			とりにくのピザふうやき		ウインナー とうにゅう	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ さやいんげん	しお コンソメ												

6月5日(水) 給食試食会

(12時より2階の多目的室小にて行います。)

【献立】 親子丼

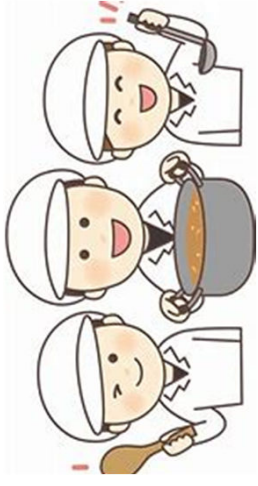
具だくさん味噌汁

オレンジゼリー

牛乳 です。

給食を食べてみたい、給食について質問があるなど、給食について興味がある方はぜひ、試食会にお越しください。

当日は、段階食の試食も用意しております。



6月10日(月) 行事食 入梅 「いわしの梅煮」

梅の実が熟す季節の雨なので「つゆ」を梅の雨と書きます。梅雨に入ること「梅雨入り」または「入梅」といい、梅雨が終わるころを「梅雨明け」といいます。梅雨の頃(6月～7月)の鰯(いわし)は、「入梅鰯(いわし)」と呼ばれ、1年の中で最も脂がのっておいしいとされています。給食では「いわしの梅煮」をいただきます。



令和元年度							
6月こんだてひょう							
日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちようみりよう
		あか		ねつやちからのものになる	からだをつくるもと	からだのちようしをとのえる	エネルギータンパク質脂質
14 (金)	 はいがごはん		あつあげのマーボーいため ちゅうかのはるさめスープ	かたくりに はるさめ ごまゆ	ぶたにく あつあげ	チンゲンサイ にんじん ピーマン エリンギ にんにく しょうが たまねぎ ねぎ	644 30.1 19.2
18 (火)	 セルフハンバーガー		セルフバーガー レタススープ トマトケチャップ	バーガーパン じゃがいも	バーガーパーティ (とりにく ぶたにく) ウインナー	にんじん キャベツ たまねぎ レタス にんじん トマトケチャップ	537 25.6 19.8
19 (水)	 ガパオライス	 のむヨーグルト	世界の料理 ガパオライス ビーフンスープ	さとう かたくりに あぶら ビーフン ごまゆ	とりにく ハム	にんじん たまねぎ ピーマン あかピーマン バジル にんじん たまねぎ ねぎ しょうが チンゲンサイ にんにく	617 24.4 10.9
20 (木)	 コッペパン		コロッケ ソース せんキャベツ たまねぎのスープ	コロッケ (じゃがいも あぶら)	コロッケ (ぶたにく)		626 22.0 23.3
21 (金)	 はいがごはん		いりどうふ キャベツのにびたし	かたくりに さとう	どうふ たまご ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ ほしいいたけ さやいんげん キャベツ こまつな にんじん しめじ	616 30.0 18.2
24 (月)	 はいがごはん		あじのやきなんばん みそけんちんじる	さとう ごまゆ さといも	あじ みそ	たまねぎ にんじん ピーマン きピーマン しょうが だいこん にんじん こまつな	607 28.1 14.0
25 (火)	 さつまいもパン		とりにくのしおこうじやき そえやさい コーンチャウダー		とりにく ベーコン とうにゅう		637 31.6 20.6
26 (水)	 とりにくとなすのスタミナどん		とりにくとなすのスタミナどんぶり とうがんのスープ	さとう ごまゆ かたくりに	とりにく みそ とうふ	かきゆ しょうゆ ちゅうかだし さけ にんにく しょうが とうがん しいたけ こまつな たまねぎ にんじん しょうが	557 24.1 13.0

☆今月の加工食品の原材料について☆				
日付	食品名	卵	乳	えび
4日	スキムミルク	－	○	－
13日	プロセスチーズ	－	○	－

(※今月より小麦の表示は除かせて頂きます。)

上の表にのっていない「ジャム類・デザート類・ドレッシング類・ふりかけ類、コロッケ、バーガーパーティ、カレールー」等は卵・乳・えびを含みません。(※調味料に含まれる分は除く)

※コロッケやバーガーパーティ等は既製品のため、左記のような表示とさせて頂いております。

6月19日(水) 世界の料理

タイ料理 ガパオライス

「ガパオライス」を日本語で言うと、「バジル炒めご飯」のこと。粗くみじん切りにした肉類などと、バジルの一種を、オイスターソースやナンプラーなどの調味料で炒めたもの。ごはんと一緒に盛りつけ、目玉焼きを添えることが多いです。タイでは馴染み深い一般的なお料理です。(※給食では目玉焼きは付きません。)

