



がつごう きゅうしょく 4月号 給食だより

平成29年4月
大阪府立光陽支援学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しいクラスでたくさん学び、笑顔あふれる1年にしていきましょう。

新学期もスタートし、4月14日から給食がはじまります。そこで、本校の給食について紹介させていただきます。平成28年度に府に移管されましたが、本校は今年度も、大阪市の献立を用いて給食を作っています。



～給食について知ろう～

給食には毎日みなさんの体を元気にするために、いろいろな栄養がはいっています。苦手なものも一口ずつがんばって食べましょう♪

牛乳

毎日1本つきます。

ごはん・パン

週に3回ごはん・2回はパンです。

いろいろなパンができます。

おかず・くだものなど

毎日2～3種類のおかずができます。

季節を感じるおかずも登場します。

～今日の給食は献立表で確認しましょう～

今日の給食の献立名と作り方

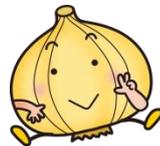
ひとりぶん 一人分の分量

13日(月) 米飯・牛乳	⑩ ◆シーフードカレーライス(えび)、グリーンサラダ、パインアップル(缶) シーフードカレーライス①いか、えびは各々ゆで(同じ釜でゆでる場合は、いか、えびの順にゆでる)、ワインで下味をつける。②ベーコンはからいりし、サラダ油を加え、セロリーを香りよくいためる。更にたまねぎ、にんじんの順にいため、じゃがいも、1人85mlの湯を加えて煮る。③じゃがいもが半ば柔らかくなれば、いかを加え、こしょう、ローレル、カレールウの薬、トマトピューレ、ウスターソースで味つけして煮こぼす。最後にえびを加えてかき混ぜる。グリーンサラダは各々別々に冷蔵庫で冷やした後に9分(分程度)に入れ、ワインビネガーを合わせ、油を振りかけ、あえる。パインアップルは缶詰のまま、1人1個ずつに分けておく。	⑩ 赤 いか(かのこ) 20 林理用ワイン(白) 0.6 赤 えび(小) 15 林理用ワイン(白) 0.5 赤 ベーコン 5 黄 ジャガイモ 40 ねぎ 40 じん 15 りんご(蜜) 5 りんご 3 りんご(糖漬) 0.3 しょう油 0.01 レール 0.01	カレールウの薬 12 トマトピューレ 5 ウスターソース 1 (水) (85) 緑 キヤバツ 20 緑 きゅうり 20 黄 砂糖 0.8 塩 0.3 ワインビネガー 0.8 黄 サラダ油(精製) 0.3 緑 パインアップル(缶) 42(1切) * 塩 0.5
-----------------	--	---	--

食物アレルギー対応献立の場合、

「個別対応献立」と表記されます。

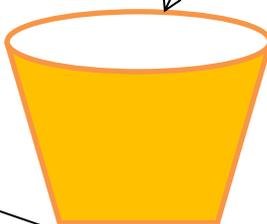
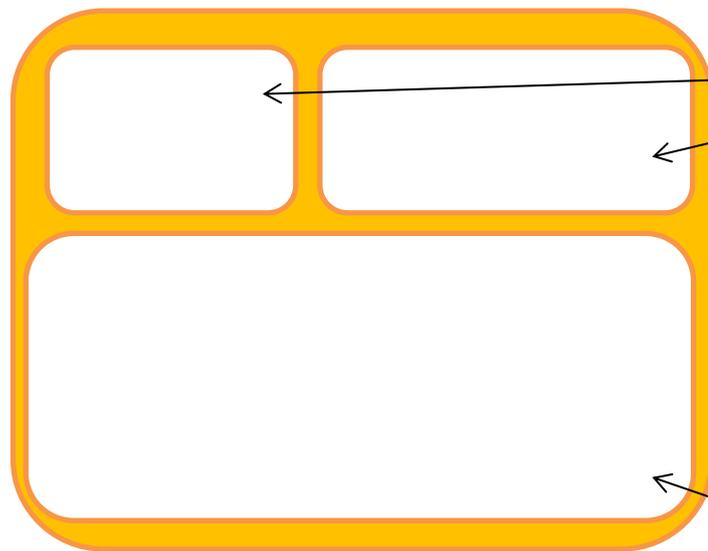
(個別対応献立)
(えび)



～本校の給食について～

本校は、児童生徒の咀嚼力（噛む力）や嚥下力（飲み込む力）を考え、普通食以外に自立期食・段階食を給食で提供しています。お子様にあった食事形態が選べるよう、ご家庭と連携していきたいと思ひます。

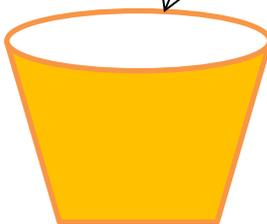
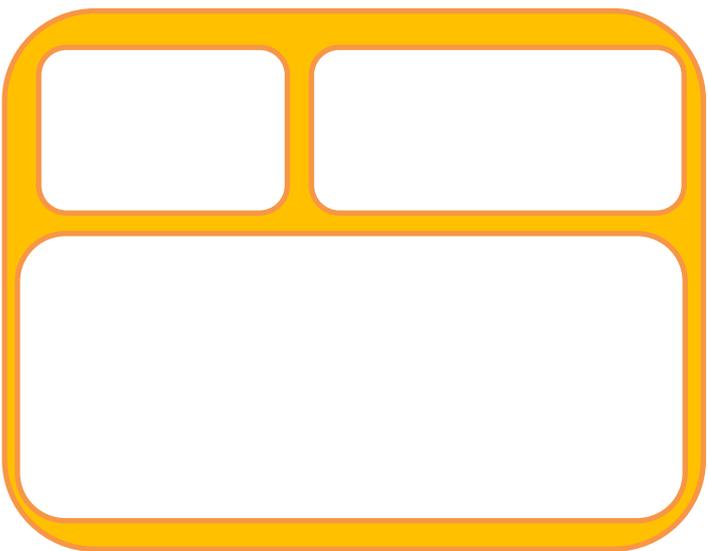
☆☆自立期食☆☆



おかずは、全ての食材を細かく刻んでみじん切り状にします。味付けや調理の方法は普通食と同じです。

主食はごはん、お粥、ペー
スト粥の3種類、パン、パン
がゆ（パンと牛乳をミキサ
ーにかけた状態のもの）の
2種類から選択できます。

☆☆段階食（初期・中期・後期）☆☆



- ・食材は煮汁と一緒にミキサーにかけています。
- ・汁と中の具を分けています。
- ・普通食とできるかぎり同じ食材を使うために、色や味、見た目を考慮し、あわせて食材を使う日もあります。
- ・飲み込みやすい形状にするために初期食はお粥をつなぎに使う場合もあります。

- <初期食> 全ての食材をミキサーにかけ、ペースト状の形態。
- <中期食> やや粒が残る程度のペースト状の形態。
- <後期食> 基本は中期食で、やわらかい食材のみ形で残し、噛む練習ができるような形態。