



吹支内 第3-3号
平成 29年 5月 26日
大阪府立吹田支援学校

6月の こんだて

- ①: 6/1~6/9
- ②: 6/12~6/20
- ③: 6/21~6/30まで記載しています。

6月は食育月間です。

前半は「歯の衛生週間」にちなんで、

6日にかみかみメニューとしてかみ
ごたえのある食材のメニューを取り
入れています。

そして中頃は、ご家庭から紹介して

頂いたご自慢のアイデアメニュー
を続けて入れてみました。

今月もしっかり食べて、運動会で
力を出しましょう。

※卵関連食品は● 小麦関連は△
エビ・カニは◎ イカ・タコは◆ 貝類
は☆ のマークをつけています。

※こんだては材料搬入の都合により
多少変更することがあります。

※栄養価 中学部高等部のエネ
ルギー量を記載しています。中学
部高等部が1に対して、小学部低
学年が約7割、小学部高学年は約
8割です。

1(木) 世界の料理 (メキシコ)	2(金)	6(火) かみかみメニュー	7(水)	8(木) 全国の和食給食	9(金)
[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳
チリコンカン ライス	おこのみ焼き	[ごはん] はいが精米	カレーうどん	ごはん	ごはん
はいが精米 むぎ 牛ミンチ肉 豚ミンチ肉 オリーブ油 にんにく 玉葱 にんじん マッシュルーム缶 大豆水煮 赤ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう トマト缶 こいくちしょうゆ みりん チリパウダー パセリ コーンスターチ	△小麦粉 ベーキングパウダー ●たまご 塩 昆布だし 出汁昆布 牛乳 ながいも 豚モモ肉 米油 ◆いか 短冊 酒 キャベツ にんじん △小麦粉 ●たまご 米揚げ油 ケチャップ 濃厚ソース ノンエッグマヨネーズ 粉かつお あおのり	はいが精米 ぎゅうにく どてに 牛肉の土手煮 牛うで肉 にんじん だいこん あつあげ 板こんにやく さんどまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 赤みそ さとう 酒 みりん 豆板醤	△うどん(冷) 牛うで肉 もやし 玉葱 にんじん うす揚げ ●うずら卵水煮 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 鶏ガラスープ缶 △カレーフレーク カレー粉 こいくちしょうゆ ウスターソース さとう かたくり粉	はいが精米 魚のみそ ゆうあん焼き さわら 塩 赤みそ さとう 酒 みりん あおな 青菜のおひたし こまつな もやし 糸かつお かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ さとう	はいが精米 厚揚げのみそ炒め 豚モモ肉 たけのこ缶 にんじん あつあげ キャベツ 干し椎茸 糸こんにやく さんどまめ 米油 昆布だし 出汁昆布 赤みそ さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん 白ごま ごま油
野菜スープ	フォーのスープ	かみかみサラダ ◆さきいか ごぼう しめじ 酒 きゅうり ホールコーン缶 白ごま こいくちしょうゆ 酒酢 さとう 酒 米油	梅肉和え なす にんじん さんどまめ わかめ 梅干し こいくちしょうゆ 酒酢 みりん	エビしんじょうのお吸い物 ◎むきえび 塩 ●たまご 米油 ながいも かたくり粉 だいこん にんじん 干し椎茸 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 塩 うすくちしょうゆ 酒	ピーマンのじゃこ煮 ピーマン ちりめんじゃこ 米油 こいくちしょうゆ さとう 酒 白ごま
とりもも肉 玉葱 にんじん じゃがいも キャベツ セロリー パセリ ホールコーン 鳥がらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 さとう かたくり粉	とりミンチ フォー たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 チンゲン菜 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん 鳥がらだし とりガラ かたくり粉	さきいか(原材料): するめいか 塩 調味料	いりこ豆 大豆 かたくり粉 煮干し 米揚げ油 こいくちしょうゆ みりん 白ごま		
	フルーツミックス りんご缶 みかん缶 黄桃缶	さきいか(原材料): するめいか 塩 調味料	かみかみメニュー		
748kcal	792kcal	809kcal	703kcal	742kcal	864kcal

