

こどもの日お祝いメニュー



吹支内 第3-2号  
平成31年4月24日  
大阪府立吹田支援学校

# 5月の こんだて

表:5/7~5/23  
裏:5/24~5/31まで記載しています。

新学期が始まって一か月、当初はとまどっていた子どもたちでしたが、給食室でも流れをつかんできたようです。緊張がほぐれ、疲れの出やすい時期ですので、ご家庭でも栄養と休養を十分取れるようご配慮ください。

※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。  
乳製品は★魚卵は■です。

※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。

7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		13日(月)		14日(火)	
【牛乳】 ★牛乳		【牛乳】 ★牛乳		【牛乳】 ★牛乳		【牛乳】 ★牛乳		【牛乳】 ★牛乳		【牛乳】 ★牛乳	
さけ 鮭ちらし		まめ 豆ごはん		おやこどん 親子丼		しよく 食パン		ごはん		ごはん	
はいが精米 酒 出汁昆布 酒酢 さとう 塩 べにざけ 塩 酒 レモン汁 白ごま 小松菜 きざみのり		はいが精米 えんどう豆 塩 さば しょうが 赤みそ さとう 酒 みりん 昆布だし 出汁昆布		はいが精米 とりモモ肉 米油 干し椎茸 にんじん 玉葱 ●たまご 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん かたくり粉		△食パン みんなのハンバーグ 豚モモミンチ肉 とりミンチ 玉葱 さとう とうふ じゃがいも 塩 こしょう ナツメグ(粉)		はいが精米 魚のめんたい マヨネーズ焼き たら ノンエッグマヨネーズ ■からしめんたいこ こまつな 小松菜とあげの おひたし こまつな うす揚げ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ みりん		はいが精米 にら玉炒め 豚モモ肉 玉葱 にんじん にら ●たまご 米油 さとう こいくちしょうゆ 酒 オイスターソース かたくり粉	
けんちん汁		ほうれん草としめじ のおひたし		もずくのみそ汁		デミソース		たまねぎのみそ汁		五目みそ汁	
とりむね肉 だいこん にんじん ごぼう さといも つきこんにやく とうふ 青ねぎ 米油 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ 塩 酒 みりん		ほうれんそう はくさい しめじ こいくちしょうゆ みりん 白ごま わかたけじる 若竹汁 たけのこ とうふ わかめ 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 みりん		△焼きふ四角型 沖縄もずく(塩蔵、塩抜き) えのきだけ 玉葱 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ 野菜ゼリー 国産やさいゼリー 野菜ゼリー 原材料 濃縮にんじん汁 濃縮みかん汁 砂糖 果糖 増粘多糖類 ビタミンC 酸味料 香料		玉葱 しめじ パプリカ赤 ピーマン 赤ワイン トマトケチャップ 濃厚ソース こいくちしょうゆ さとう 鳥がらだし かたくり粉 ジュリアンスープ 玉葱 にんじん だいこん ピーマン 鳥がらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう さとう かたくり粉		こまつな うす揚げ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ みりん		じゃがいも 玉葱 とうふ わかめ こまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	
ちまき		きざみのり 原材料 乾のり									
△ちまき ちまき 原材料 上新粉 小麦粉でんぷん 砂糖 もち粉 食塩 塩											
751kcal		776kcal		764kcal		715kcal		690kcal		710kcal	