

4月のこんだて(前半)

日・曜日	おはしの日	のみもの	デザート ふりかけ など	おかず	血や肉になるもの (赤)	熱や力になるもの (黄)	体の調子をととのえるもの (緑)	調味料	調味料	
11 木		牛乳 		チキンカレーライス	とり肉	はいが米、じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、セロリー、にんにく、しょうが、トマトピューレ	とりがらだし、カレー粉、ケチャップ、ソース、赤ワイン、アレルギーフリーカレーフレーク	622 684 746	
				ツナサラダ	ツナ		キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶	砂糖、塩、こしょう、酢、しょうゆ		
12 金		牛乳 		ごはん		はいが米			536	
				ぶたじゃが	ぶた肉	じゃがいも、糸こんにゃく	にんじん、玉ねぎ、さやいんげん	かつおこんぶだし、みりん、砂糖、しょうゆ	590	
				はるきゃべつのみそしる	とうふ、あぶらあげ、みそ		春キャベツ、にんじん、ねぎ	かつおこんぶだし	643	
15 月		牛乳 	きざみのり 	やきとりどん	とり肉、のり	はいが米、かたくり粉	玉ねぎ、にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	615 676 738	
				さつまいものみそしる	あつあげ、みそ	さつまいも	だいこん、しめじ、ちんげんさい	かつおこんぶだし		
16 火		牛乳 		こくとうパン		こくとうパン			580	
				コロッケ		コロッケ(冷凍)、油		638		
				はるさめサラダ	ロースハム	はるさめ、オリーブ油		きゅうり、パプリカ	砂糖、塩、こしょう、酢、しょうゆ	696
				ウインナーと野菜のスープ	ウインナー			キャベツ、だいこん、にんじん、玉ねぎ、パセリ	とりがらだし、塩、こしょう、しょうゆ	
17 水		牛乳 		ごはん		はいが米			524	
				さけのしおやき	さけ			塩	576	
				ひじきのだいずのもの	ひじき、だいず、あぶらあげ		にんじん、ごぼう、さやいんげん	かつおこんぶだし、みりん、砂糖、しょうゆ、酒	629	
				じゃがいものみそしる	みそ	じゃがいも	にんじん、えのき、こまつな	かつおこんぶだし		
18 木		牛乳 		ごはん		はいが米			521	
				みそおでん <small>ふう</small> にこみ	とり肉、ミニあつあげ、平天、赤みそ	こんにゃく	しょうが、だいこん、にんじん、干ししいたけ、さやいんげん	かつおだし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ	573	
				やさいのおかかあえ	かつおぶし		はくさい、もやし、にんじん	しょうゆ、みりん	625	

☆献立表について☆

八尾支援学校では、1か月分の献立表を次の月が始まる数日前に配布します。日付けの横には、おはしで食べる日をのせています。何も記載のない日はスプーンで食べる日です。子どもたちに合ったおはしやスプーンをお持ちの場合は、ご家庭から持参いただければと思います。使用食材については、栄養素によって3色に分けてのせています。HPには献立表をはじめ、食育だよりやレシピなどものせていますので、ぜひ、チェックしてみてください♪



# 4月のこんだて（後半）

入学・進級  
お祝い  
メニュー

中国の  
こんだて



日・曜日	おはしの日	のみもの	デザート ふりかけ など	おかず	血や肉になるもの (赤)	熱や力になるもの (黄)	体の調子をととのえるもの (緑)	調味料	調味料
19・金				せきはん	あずき	はいが米、もち米		塩	557
				ミニステーキ	牛ロース肉		にんにく、オニオンソテー	赤ワイン、バルサミコ酢、砂糖、塩、しょうゆ	613
				ブロッコリーのこんぶあえ	しおこんぶ		ブロッコリー、にんじん、きゅうり	みりん、砂糖、しょうゆ	668
				すましじる	とうふ、てまりふ、わかめ		だいこん、みつば	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ	
22・月				ごはん		はいが米			533
				ホイコーロ	冷凍あつあげ、ぶた肉、みそ	ごま油	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、にんにく	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、トウバンジャン	586
				とりにくとだいこんのスープ	とり肉	ごま油	だいこん、白ねぎ	とりがら、酒、塩、しょうゆ	640
23・火				ごはん		はいが米			528
				さわらのてりやき	さわら	かたくり粉		酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ	581
				こんさいのもの（カレー風味）	とり肉	こんにゃく	ごぼう、にんじん、れんこん、たけのこ	かつおこんぶだし、みりん、カレー粉、砂糖、しょうゆ、酒	634
				こまつなのみそしる	みそ、とうふ		こまつな、にんじん、えのき	かつおこんぶだし	
24・水				コッペパン		コッペパン			599
				ハンバーグ（デミグラスソース）	ハンバーグ（冷凍）		オニオンソテー	デミグラスソース	659
				新ごぼうのサラダ	チキンハム	マヨネーズ、ごま	新ごぼう、にんじん、きゅうり	砂糖、酢、しょうゆ	719
				コンソメスープ	とり肉	じゃがいも	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、パセリ	とりがらだし、白ワイン、塩、しょうゆ、こしょう	
25・木				ぎゅうどん	ぎゅう肉	はいが米、糸こんにゃく	にんじん、玉ねぎ、しょうが	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ	593
				かぼちゃのみそしる	あつあげ、みそ	かぼちゃ	だいこん、ねぎ	かつおこんぶだし	652 711
26・金				かやくうどん	ぶた肉、あぶらあげ、かまぼこ	うどん	にんじん、白ねぎ、ごぼう、干しいたけ、しょうが	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ	475
				れんこんのはさみあげ	れんこんのはさみあげ（冷凍）	油			523
				ささみとやさいのあますあえ	ささみ		キャベツ、もやし、きゅうり	砂糖、塩、酢、しょうゆ	570

※物資購入の都合により献立が変更になることもございますが、ご了承ください。

八尾支援学校では、さまざまな料理や味に出会ってもらえるよう、月に1度、世界の郷土料理を出します！食べやすい味付けにしていますので、お楽しみに♪