保護者様

学内発　14 号
令和６年４月10日
大阪府立八尾支援学校

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	エネルギー 小学部 中高等部（kcal）
11・金		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、アレルゲンフリーカレーフレーク	617 679 740
				ツナサラダ	ツナ		キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、,コーン缶	砂糖、塩、こしょう、酢、しょうゆ	
14・月		牛乳		ごはん		はいが米			538
				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、鮭	592
				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	645
15・火		牛乳		ぎゅうどん	ぎゅう肉	はいが米、糸こんにゃく	玉ねぎ、にんじん、しょうが	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、塩、かつおこんぶだし	592 651 710
				かぼちゃのみそしる	あつあげ、みそ	かぼちゃ	だいこん、葉ねぎ	かつおこんぶだし	
16・水		牛乳	ヨーグルト	こくとうパン		こくとうパン			627
				コロッケ		コロッケ（冷凍）、油			690
				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	752
				ウインナーとやさいのスープ	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・木		牛乳		ごはん		はいが米			525
				さけのしおやき	さけ			塩	577
				ひじきのだいずのにもの	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	630
				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・金		牛乳		ごはん		はいが米			507
				みそおでん風（ふう）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	558
				やさいのこんぶあえ	しおこんぶ		はくさい、もやし、にんじん	しょうゆ、みりん、さとう、米酢	608

☆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）

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	エネルギー 小学部 中高等部（kcal）
21・月 中国のこんだて		牛乳		ごはん		はいが米		塩	539
				ホイコーロー	ぶた肉、あつあげ	ごま油	キャベツ、にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、青ピーマン、にんにく	しょうゆ、白みそ、トウバンジャン、みりん、砂糖、酒	593
				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	塩、しょうゆ、とりがらだし、酒	647
22・火 入学・進級お祝いメニュー		牛乳	お祝いいちごゼリー	せきはん	あずき	はいが米、もち米		塩	559
				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	615
				ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー、にんじん、きゅうり	みりん、しょうゆ	671
				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	
23・水		牛乳		かやくうどん	とり肉、あぶらあげ、かまぼこ	うどん	しいたけ、にんじん、ごぼう、白ねぎ、しょうが	しょうゆ、塩、みりん、かつおこんぶだし、酒、さとう	486
				れんこんのはさみあげ	れんこんのはさみあげ（冷凍）				537
				ささみとやさいのあまずあえ	とり肉		キャベツ、もやし、きゅうり	酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ、米酢	583
24・木		牛乳		コッペパン		コッペパン			501
				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	米粉デミグラスソース	551
				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	601
				コンソメスープ	ぶた肉	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・金		牛乳		ごはん		はいが米			533
				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	586
				こんさいのにもの（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	640
				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	
30・水		牛乳	きざみのり	やきとりどん	とり肉	はいが米、かたくり粉	たまねぎ、にんじん	しょうゆ、砂糖、みりん、酒	630 693 756
				さつもいものみそしる	ミニあつあげ、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	

※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♪