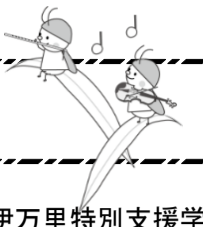


9月の予定献立表 (前半)



お知らせ 9月14日(月)からはつてん祭単元がスタートするということで、応援の気持ちを込めてPTAチャリティーバザー会計からさがみかん果汁125mlのプレゼントがあります♪ この日の業間休みや放課後に飲用を予定しています😊



☆今月の目標

【 **しずかに食べよう** 】

※()内の食品は“だし”とり用に使用した食品です

令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

| ひづけ 日付 | こんだてめい 献立名 | 使用する食品名 | | | | | | エネルギー (kcal) |
|-----------------------------|---|--|---|---|--|---|--|---------------------|
| | | (あか) | | (みどり) | | (きいろ) | | |
| | | おもにからだをつくるものとなる | | おもにからだのちょうしをととのえるものとなる | | おもにエネルギーのもととなる | | |
| 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | 調味料他 | たんぱく質 (g) | |
| さかなく、だいず 魚・肉・大豆・ 大豆製品 | ぎゅうにゅう、こざか 牛乳・小魚 海藻 | りよくおうやくさい 緑黄色野菜 | た、やさい その他の野菜 きのこ、里物 | こくろい、るい 穀類・いも類・ 砂糖 | ゆし 油脂 | | | |
| 2 (水) | ドライカレー・牛乳 (もち麦入りターメリックライス) 海藻サラダ フルーツポンチ | ぎゅうにく・ぶたにく・とりにく チーズ ぎゅうにゅう | トマト・にんじん・グリーンピース | たまねぎ・マッシュルーム・ほしほぶどう・しょうが・にんにく | こめ・もちむぎ・さとう | | | バター・オリーブ油 |
| 3 (木) | ★【第1回 非常食体験給食】★ 救給五目ごはん・牛乳 鯛のかぼすレモン煮 ささみとれんこんのサラダ 即席伊万里牛みそ汁 黄桃のシロップ漬 | (かつおぶし) いわし とりにく・だいず みそ・ぎゅうにく・(かつおぶし) | (こんぶ)・ぎゅうにゅう にんじん にんじん にんじん・ねぎ | ごぼう・こんにやく・ほししいたけ・(たまねぎ) かぼすレモン れんこん ごぼう おうとう | こめ・もちげんまい 油 さとう でんぷん でんぷん さとう さとう でんぷん さとう | 油 油・ごま 油 油 さとう | 塩・酵母エキス・他 醤油・みりん・塩 醤油・酢・りんご酢・塩・唐辛子・(チキエキス・野菜エキス)・他 アミノ酸・増粘多糖類・他 クエン酸・他 | 761 28.1 24.5 |
| 4 (金) | 揚げ鶏のおろしそポン酢かけ なすのオイスターソース炒め かき玉汁 | とりにく ぶたにく たまご・かまぼこ・(かつおぶし) | ぎゅうにゅう スキムミルク・(にぼし・こんぶ) | しそ いんげん こねぎ たまねぎ・ほししいたけ | こめ・むぎ でんぷん・こむぎこ さとう・でんぷん でんぷん | 油 ごま油 醤油・酒・塩 | 醤油・みりん・酒・マヨネーズ・唐辛子 オイスターソース・醤油・酢・酒・コショウ 醤油・酒・塩 | 786 37.0 |
| 7 (月) | サバのみそ煮・野菜の甘煮 ゴーヤーの酢のもの 冬瓜汁 | さば・みそ かにふろみかまぼこ・かつおぶし とりにく・だいず | いんげん・にんじん ごーやー にんじん・こねぎ・にら | しょうが きゅうり・キャベツ・とうもろこし とうがん・ほししいたけ・たまねぎ・しょうが・にんにく | こめ・むぎ さとう さとう はるさめ・ぼんこ・でんぷん・さとう・コンスターチ | 酒・みりん・醤油・だし汁 酢・醤油・塩 (鶏骨)・酒・塩・コショウ・醤油・オイスターソース・他 | 766 33.7 | |
| 8 (火) | ナムル丼・牛乳 たたききゅうり ワンタンスープ 冷凍みかん | ぎゅうにく・ぶたにく・とりにく ちりめんじゃこ にんじん・こねぎ みかん | ほうれんそう・にんじん にんじん・こねぎ | もやし・はくさい・にんにく・しょうが・たまねぎ・りんご きゅうり・しょうが たまねぎ・ほししいたけ・(セロリ) | こめ・むぎ・さとう ごま・ごま油 ごま油 ごま油 | 醤油・みりん・塩・コショウ・酒・豆板醤・コチジャン・昆布エキス・かつおエキス・唐辛子・他 醤油・みりん 醤油・酒・塩・(鶏骨) | 736 31.6 | |
| 9 (水) | なすとトマトのスパゲッティー・牛乳 豆サラダ パイナップルのミニカップケーキ | ぶたにく・とりにく ハム・だいず・だいふく・まめ・きんときまめ・ひよこまめ・あかはなまめ たまご | チーズ ぎゅうにゅう えだまめ・グリーンピース | なす・たまねぎ・にんにく きゅうり・とうもろこし パイナップル | スパゲッティー・さとう こむぎこ・さとう 油 | オリーブ油 油 油 | ケチャップ・トマトソース・デミグラスソース・ソース・醤油・ワイン・塩・オレガノ・バジル・ナツメグ・コショウ 野菜いっぱい和風トッピング ベーキングパウダー・クエン酸 | 885 38.2 |
| 10 (木) | 豚肉の伊万里梨ソース焼き かぼちゃのおよごし 魚そうめんのすまし汁 | ぶたにく みそ いとより・(かつおぶし) | なし・たまねぎ・にんにく キャベツ・こんにやく わかめ・(こんぶ) | えのきたけ・ほししいたけ たまねぎ たまねぎ | こめ・むぎ さとう さとう でんぷん・さとう・みずあめ こめ・むぎ・こむぎこ・でんぷん | 油 ごま油 油 | ケチャップ・醤油・みりん・酒 醤油・みりん 醤油・酒・塩・みりん | 796 35.8 |
| 11 (金) | オニオンライス・牛乳 鮭とじゃが芋のマヨネーズグラタン アーモンド和え 春雨とたまごのスープ | さけ・みそ みそ たまご・ぶたにく・かまぼこ | チーズ ピーマン ほうれんそう・にんじん にら・(にんじん) | たまねぎ マッシュルーム・たまねぎ・とうもろこし もやし ほししいたけ・しょうが・(たまねぎ・セロリ) | こめ・むぎ でんぷん ごま・油 ごま・油 はるさめ・でんぷん | ごま・油 オリーブ油 油 油 | マヨネーズ・ワイン・コショウ みりん 醤油・酒・塩・コショウ・(鶏骨) | 849 35.9 |
| 14 (月) | 鶏肉の梅みそ焼き 五目煮 すまし汁 (さがみかん果汁飲用日) | とりにく・みそ ぶたにく・こうやどうふ・ちくわ かまぼこ | しそ にんじん・いんげん わかめ・(にぼし・こんぶ) | うめぼし・しょうが れんこん・ごぼう・こんにやく・ほししいたけ しめじ さがみかん | さとう さといも・さとう ふ さとう | 酒・みりん・塩 だし汁・醤油・みりん・酒 醤油・酒・塩 香料 | 688 35.4 | |
| 15 (火) | 赤魚の香り焼き ゴーヤーチャンプルー みそ汁 果物(伊万里梨) | あかうお とうふ・たまご・ぶたにく・ペビーハム・かつおぶし みそ・あぶらあげ | はねぎ ごーやー・にんじん こねぎ | レモン・しょうが・にんにく たまねぎ・しょうが たまねぎ・えのきたけ なし | ごま油 ごま油 油 油 | ソース・醤油・ワイン・バジル 塩・醤油・酒・オイスターソース・コショウ 酒 塩 | 691 34.0 | |

【ペースト食&軟らか煮食
提供者用の別献立】
・鶏だしがゆ
・牛乳
・鯛の梅煮
・きんぴらごぼう
・伊万里牛みそ汁(汁)
・ぶどう
※なめらかミキサーレトルト食品

9月の予定献立表（後半）

☆今月の目標【しずかに食べよう】

※()内の食品は“だし”とりに用いた食品です

令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

| ひづけ 日付 | 献立名 | 使用する食品名 | | | | | | 調味料他 | エネルギー (kcal) | たんぱく質 (g) |
|-----------|---|-----------------------------|----------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--|----------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------|
| | | (あか) おもにからだをつくるものになる | | (みどり) おもにからだのちよしをととのえるものになる | | (きいろ) おもにエネルギーのもとになる | | | | |
| | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | | | |
| | | さかなにく・だいず 魚・肉・大豆 大豆製品 | ぎゅうにゅうぎかな かいそう 牛乳・小魚・海藻 | りよくおうしぎさい 緑黄色野菜 | た やさい くだもの その他の野菜・きのこ・果物 | こくるい ろい 穀類・いも類・ 砂糖 | ゆし 油脂 | | | |
| 16 (水) | はちみつレモントースト・牛乳 きのこスパゲッティー えびとれんこんのサラダ オニオンスープ | スキムミルク ぎゅうにゅう | レモン | こむぎこ(パン)・さと う・はちみつ | ショートニング・バター | イースト・塩 | 850 | | | |
| 17 (木) | わかめごはん・牛乳 えびマヨネーズ 炒めビーフン 五目スープ | わかめ ぎゅうにゅう | しょうが | こむぎこ・でんぶん・さと う・れんにゅう | 油 | 塩・かつお節調味料 マヨネーズ・ケチャップ・ワイン・塩・ ペーキングパウダー・他 | 885 | | | |
| 18 (金) | ☆【秋のお彼岸こんだて】 親子うどん・牛乳 かみかみサラダ ミニおはぎ(きなこ) | とりにく・たまご・かま ぼこ(かつおぶし) | (にほし・こんぶ) ぎゅうにゅう | にんじん | きりほしだいこん・きゅうり・レモン | 醤油・みりん・酒・塩 | 756 | | | |
| 21 (月) |  けいろう ひ 敬老の日 | | | | | | | | | |
| 22 (火) |  しゅうぶん ひ 秋分の日 | | | | | | | | | |
| 23 (水) | むぎ 麦ごはん・牛乳 鮭のクリームコーン焼き ひじきの炒り煮 みそスープ | ぎゅうにゅう | さけ スキムミルク | パセリ | とうもろこし・たまねぎ | こめ・むぎ | オイル | マヨネーズ・ワイン・醤油・みり ん・塩 | 799 | |
| 24 (木) | たかなめし 高菜飯のミニおにぎり・牛乳 カレーうどん 人参サラダ | かつおぶし ぎゅうにゅう | たかなづけ | はねぎ | たまねぎ・えのきたけ・ほししいたけ | こめ・むぎ | ごま・ごま油 | 醤油・みりん | 817 | |
| 25 (金) | むぎ 麦ごはん・牛乳 春巻き ナムル キムチスープ | ぎゅうにゅう | はらま ふたにく・ハム | チーズ | にんじん・にら | こむぎこ(はるまきの かわ)・でんぶん・は るさめ | 油 | 醤油・オイスターソース・塩・コショ ウ | 818 | |
| 28 (月) | にんじん 人参ごはん・牛乳 五目たまご焼 酢みそ和え はんぺんのすまし汁 | ちりめんじゃこ(こん ぶ) ぎゅうにゅう | にんじん | ほうれんそう | たまねぎ・ほししいたけ | こめ | 油 | 醤油・酒 | 742 | |
| 29 (火) | むぎ 麦ごはん・牛乳 秋刀魚のゆずみそ煮 磯香和え じゃが芋のそぼろ煮 赤だし | ぎゅうにゅう | さんま・みそ | のり | ゆず | さとう・こめこ | | みりん・塩 | 802 | |
| 30 (水) | しよく 食パン&チョコクリーム・牛乳 鶏肉のピザソース焼き じゃこサラダ コーンスープ | スキムミルク ぎゅうにゅう | とりにく チーズ | パセリ・(にんじん) | とうもろこし・たまねぎ・しょうが | じゃがいも・さとう | ごま油 | だし汁・醤油・酒・みりん・塩 | 31.0 | |
| | | | | | | こむぎこ(パン・チョコ クリーム)・みずあめ・さと う | ショートニング | イースト・塩 ココアパウダー・カオマス・他 | 806 | |
| | | | | | | さとう | オイル | マヨネーズ・ワイン・塩・コショウ・ホ ル・パスタ | 42.3 | |
| | | | | | | こむぎこ・さとう | オイル | 野菜いっぱい和風ドレッシング ・青じそドレッシング | | |
| | | | | | | | | ワイン・コーンクリームスープの素・ 塩・コショウ(鶏骨)・他 | | |
| | | | | | | | | 平均 (基準値) | 791 (778) 33.6 (32.1) | |

※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承下さい。
※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。