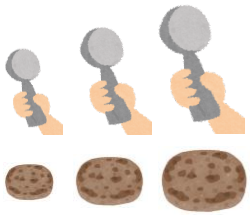
令和5年度 6月 献立表

福岡聴覚特別支援学校

～～ ハンバーグやつくねについて ～～

本校の給食のハンバーグやつくねは、調理員が手作りしています。『普通のハンバーグは牛肉と豚肉』『豆腐ハンバーグは豚肉と押し豆腐』『つくねは鶏肉とれんこん』を使います。それに、玉ねぎ、パン粉、卵、豆乳などを混ぜてこねます。幼稚部から中学部、高等聴覚まで合わせて230個作ります。学部ごとに大きさを分けて作りますが、どうやって分けているでしょう。一つずつ量っているでしょうか？230個も量っていると時間が足りないので、ある道具を使います。それはアイスクリームをすくう、『アイスクリームディッシャー』という道具です。3つの大きさを用意し、“たね”をすくって幼・小・中と高等聴覚に分けています。その後、一つずつ空気を抜きながら形を整えます。大きさが違うと焼き時間も違うので、オーブンで焼く時に時間差をつけて焼いています。



1（木）	2（金）
・牛乳 ・山型パン ・チキンビーンズ ・ハニーサラダ ・コンソメスープ 576 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・焼きししゃも ・すき昆布の炒め煮 ・みそ汁 ・ヨーグルト 586 kcal
体のもと：ぎゅうにゅう、とりくに、だいず、みそ、ベーコン 体のちょうし：トマト コーン、にんじん、ピーマン、たまねぎ、マッシュルーム、スイートえんどう、キャベツ、きゅうり なす エネルギー：パン、じゃがいも、さとう、はちみつ、でんぷん、あぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、ししゃも、あつあげ、あぶらあげ、てんぷら、みそ、こんぶ、ヨーグルト 体のちょうし：さやいんげん、にんじん、にら、しいたけ、ごぼう、たまねぎ、みずな エネルギー：こめ むぎ、さとう、あぶら

5（月）	6（火）	7（水）	8（木）	9（金）
・牛乳 ・麦ご飯 ・千草焼き ・もやしとコーンのごま和え ・すまし汁 ・納豆 608 kcal	・牛乳 ・黒米ご飯 ・太刀魚の磯辺フライ ・五目炒め煮 ・みそ汁 635 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・鶏とパプリカのレモンソース仕立て ・塩昆布和え ・春雨スープ 565 kcal	・牛乳 ・コッペパン ・クラムチャウダー ・ささ身サラダ ・オレンジ 545 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・きびなごのカリカリフライ ・野菜炒め ・かき玉汁 588 kcal
体のもと：ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、たまご、とうふ、かつおぶし、なっとう、ひじき 体のちょうし：にんじん、こまつな、えだまめ、しいたけ、もやし しめじ、コーン みずな、こんにゃく、だいこん エネルギー：こめ むぎ、さとう、あぶら、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、たちうお、ちくわ、だいず、ぶたにく、あぶらあげ、みそ、わかめ 体のちょうし：ピーマン、にんじん、ほうれんそう、れんこん、たまねぎ エネルギー：こめ くろまい、じゃがいも、さとう、あぶら、ごまあぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、とりにく、ひよこまめ、かまぼこ、こんぶ 体のちょうし：パプリカ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、しいたけ、レモン エネルギー：こめ むぎ、さとう、でんぷん、はるさめ、あぶら、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、あさり、ベーコン、とりささみ 体のちょうし：にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、アスパラガス、キャベツ、もやし、オレンジ エネルギー：パン、じゃがいも、バター、あぶら、こむぎこ、さとう	体のもと：ぎゅうにゅう、きびなご、ハム、てんぷら、たまご、とうふ 体のちょうし：にんじん、ピーマン、にら、キャベツ、たまねぎ、しいたけ、えのきたけ エネルギー：こめ むぎ、でんぷん、あぶら、オリーブオイル

12（月）	13（火）	14（水）	15（木）	16（金）
・牛乳 ・麦ご飯 ・厚揚げのなすみそかけ ・おかか和え ・すまし汁 607 kcal	・牛乳 ・発芽玄米ご飯 ・鯖の煮付け ・切干大根の即席漬け ・みそ汁 640 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・鶏の梅みそ焼き ・ひじきの五目煮 ・貝汁 586 kcal	・牛乳 ・ミルク食パン ・豆腐ハンバーグ ・人参ドレッシングサラダ ・コンソメスープ 541 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・ポークカレー ・海藻サラダ ・メロン 637 kcal
体のもと：ぎゅうにゅう、あつあげ、とりにく、ぶたにく、みそ、かつおぶし、わかめ 体のちょうし：にんじん、ほうれんそう、キャベツ、もやし、たまねぎ、こんにゃく、ごぼう なす、にんにく しょうが エネルギー：こめ むぎ、さとう、でんぷん、あぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、さば、とうふ、こんぶ、みそ 体のちょうし：とうがん、にんじん、チンゲンサイ、きりぼしだいこん、きゅうり、えのきたけ、しょうが エネルギー：こめ はつがげんまい、さとう、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、とりにく、てんぷら、あさり、あぶらあげ、ひじき、みそ 体のちょうし：にんじん、こまつな、こんにゃく、ごぼう、たまねぎ、みずな、うめぼし エネルギー：こめ むぎ、さとう、あぶら、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、とうにゅう、たまご、ベーコン 体のちょうし：トマト、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり なす、えのきたけ、スイートえんどう エネルギー：パン、パンこ、じゃがいも、さとう、でんぷん、あぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、ぶたにく、こんぶ、わかめ、とさかのり 体のちょうし：にんじん、トマト、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、コーン、もやし、りんご メロン エネルギー：こめ むぎ、じゃがいも、さとう、あぶら、ごまあぶら

19（月）	20（火）	21（水）	22（木）	デザートセレクト 23（金）
・牛乳 ・麦ご飯 ・鶏レバーとひよこ豆の揚げ煮 ・ゆかり和え ・すまし汁 605 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・白身魚の野菜あんかけ ・糸こんにゃくの炒め煮 ・みそ汁 579 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・ゴーヤーチャンプルー ・もずくの酢の物 ・すまし汁 606 kcal	・牛乳 ・背割りコッペパン ・チリコンカン ・きのこソテー ・コンソメスープ 565 kcal	・牛乳 ・雑穀ご飯 ・鰺の塩焼き ・大豆の磯煮 ・赤だし ・黄桃またはパイン 591 kcal
体のもと：ぎゅうにゅう、とりレバー、とりにく、ひよこまめ、とうふ、わかめ 体のちょうし：にんじん、こまつな、たまねぎ、きゅうり、だいこん、みずな、キャベツ エネルギー：こめ むぎ、こむぎこ、でんぷん、さとう、あぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、メルルーサ、ぶたにく、あつあげ、みそ 体のちょうし：にんじん、さやいんげん、かぼちゃ、にら、れんこん、しめじ、しいたけ、こんにゃく エネルギー：こめ むぎ、じゃがいも、でんぷん、さとう、あぶら、ごまあぶら、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、ぶたにく、ベーコン、とうふ、ちくわ、かつおぶし、たまご、もずく 体のちょうし：にがうり、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ みずな、きゅうり もやし、たけのこ コーン、キャベツ レモン、えのきたけ エネルギー：こめ むぎ、さとう、ふ、あぶら、ごまあぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、ぶたにく、ぎゅうにく、ベーコン、あかいんげんまめ、あおえんどう、ひよこまめ 体のちょうし：ピーマン トマト、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、しいたけ しめじ、エリンギ、えのきたけ、スイートえんどう エネルギー：パン、じゃがいも、さとう、でんぷん、あぶら、オリーブオイル	体のもと：ぎゅうにゅう、あじ、だいず、ぶたにく、とうふ、みそ、ひじき、わかめ 体のちょうし：にんじん、こまつな、えだまめ、ごぼう、なめこ、パイン、おうとう エネルギー：こめ むぎ、あかまい あわ、くろまい ひえ、はつがげんまい、あぶら、さとう

26（月）	27（火）	28（水）	29（木）	30（金）
・牛乳 ・麦ご飯 ・青椒鶏肉絲 ・レモンサラダ ・中華スープ 540 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・鰯のナッツソースかけ ・千草和え ・みそ汁 583 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・豚肉ともやしの炒め物 ・ごまみそ和え ・すまし汁 580 kcal	・牛乳 ・鶏とほうれん草の和風スパゲッティ ・玉子とごぼうのサラダ ・すいか 655 kcal	・牛乳 ・麦ご飯 ・赤魚の煮付け ・豆と野菜の和え物 ・みそ汁 548 kcal
体のもと：ぎゅうにゅう、とりにく 体のちょうし：ピーマン にんじん、きくらげ しめじ、とうがん たまねぎ、チンゲンサイ、キャベツ、たけのこ、きゅうり レモン、にんにく しょうが エネルギー：こめ むぎ、さとう、でんぷん、あぶら、ごまあぶら	体のもと：ぎゅうにゅう、いわし、てんぷら、あぶらあげ、とうふ、みそ、わかめ 体のちょうし：ほうれんそう、にんじん、こんにゃく、たまねぎ、みずな、えのきたけ エネルギー：こめ むぎ、こむぎこ、でんぷん、さとう、あぶら、ごまあぶら、ピーナッツ	体のもと：ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ、みそ 体のちょうし：チンゲンサイ、にんじん、こまつな、もやし なす、たまねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが エネルギー：こめ むぎ、さとう、でんぷん、あぶら、ごま	体のもと：ぎゅうにゅう、とりにく、たまご、のり 体のちょうし：ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、マッシュルーム、えだまめ、たまねぎ、きゅうり、ごぼう すいか エネルギー：スパゲッティ、あぶら、オリーブオイル、マヨネーズ	体のもと：ぎゅうにゅう、あかうお、だいず、しろいんげんまめ、とりささみ、あぶらあげ、みそ 体のちょうし：にんじん、こまつな、もやし、キャベツ、たまねぎ、しいたけ、こんにゃく、しょうが エネルギー：こめ むぎ、さとう、あぶら

○食材の都合により、献立が変更になる場合があります。　○学年に合わせて量を変えています。　○エネルギー量は小学部中学年の数値です。　○中学部の牛乳は300mlです。