

# 静岡県立御殿場特別支援学校の1週間の献立

6月16日 ~ 6月20日



## ● 月曜日

トマトたっぷり  
ハヤシライス  
牛乳  
ごぼうとツナのサラダ  
カルピスゼリー



## 献立紹介

### 鶏肉と大豆の揚げ煮

#### 料理の説明

給食の人気メニューです。コロコロの大豆はおはしの練習になります！

#### ○ 材料4人分 ○

- ・ 鶏モモ肉一口大 220 g
- ・ 塩コショウ 少々
- ・ 大豆の水煮 100 g
- ・ 小麦粉 20 g
- ・ 片栗粉 20 g
- ・ 揚げ油 適量
- ・ 醤油 15 g
- ・ みりん 5 g
- ・ 砂糖 15 g

#### ○ 作り方 ○

- 1 鶏モモ肉に塩コショウをまぶす。
- 2 大豆はキッチンペーパーで水気を取る。
- 3 小麦粉と片栗粉を混ぜ、鶏肉と大豆にまぶして揚げる。  
油の温度：鶏肉180℃、大豆160℃
- 4 醤油、みりん、砂糖を混ぜて鍋でひと煮立ちさせる。
- 5 鶏肉と大豆に4をからめる。

～ 完成 ～

## ● 火曜日

ごはん  
牛乳  
鯖のねぎ塩焼き  
五目大豆  
みそ汁



## ● 水曜日 世界の料理「スウェーデン」

食パン いちごジャム  
牛乳  
肉団子のクリーム煮  
和風ポテトサラダ  
ミネストローネ



## ● 木曜日

ごはん  
牛乳  
鶏肉と大豆の揚げ煮  
小松菜の塩昆布あえ  
すまし汁



## ● 金曜日

ごはん 牛乳  
豚肉のみそ漬け焼き  
切り干し大根の  
ゆかりマヨあえ  
みそ汁



高等部3年生さんが  
玉葱の皮むきを  
してくれました