

静岡県立御殿場特別支援学校の1週間の献立

12月 1日 ~ 12月 5日



● 月曜日「ふるさと給食の日」

御殿鶏の鶏ごぼうごはん
牛乳
照り焼きハンバーグ
御殿場産さつま芋の
みそ汁



献立紹介

はちみつチキン

料理の説明

はちみつを使った照りがきれいなはちみつチキンです。はちみつは抗菌、保湿などに効果があり、のどにいい食べ物とされています。

● 火曜日

ごはん
牛乳
豚肉と大根のみそ煮こみ
おから和え
すまし汁



○ 材料4人分 ○

・ 鶏もも肉皮つき60g 4枚

下味

・ 濃口しょうゆ 8g
・ おろし生姜 3g
・ はちみつ 10g
・ みりん 3g

タレ

・ はちみつ 8g
・ 濃口しょうゆ 6g
・ みりん 6g
・ 水 6g
・ 片栗粉 1.5g

● 水曜日「小学部4年生の希望献立」

肉うどん
牛乳
いわしの生姜煮
金平ごぼう
みかんゼリー



○ 作り方 ○

- 1 下味の調味料を混ぜ、鶏肉を入れて30分漬けこむ。
- 2 1の鶏肉を鉄板に並べて焼く。
※給食ではコンビ機能200℃ 15分
- 3 タレの材料を鍋に入れ、しっかり混ぜてから火にかける。タレに透明感が出たら火を止める。
- 4 2の焼けた鶏肉の上から、3のタレをかける。

● 木曜日

ごはん
牛乳
はちみつチキン
おから和え
みそ汁



● 金曜日「御特祭応援！献立」

冬野菜カレー
牛乳
ごぼうと蓮根のサラダ
豆乳プリン



～ 完成 ～