

静岡県立御殿場特別支援学校の1週間の献立

3月 9日 ~ 3月 13日



● 月曜日「小学部6年生の希望献立」

ごはん 牛乳
サクサクアジフライ
ひじきの炒め煮
豆腐とわかめのみそ汁
みかんゼリー



献立紹介

いかと大根の煮物

料理の説明

火曜日に予定していた煮物です。いかは噛み応えがある食材です。「よく噛む」練習や「前歯でしっかり噛み取る」練習におすすめです。

● 火曜日 ※水質異常のため、水を使用しないもののみ提供

ごはん（業者で炊飯）
牛乳
豚肉のみそ漬け焼き
いかの煮物



○ 材料4人分 ○

- ・ いか（輪切り） 140 g
- ・ 大根（厚いいちょう切り） 200 g
- ・ 人参（いちょう切り） 50 g
- ・ いんげん（3cm幅に切る） 20 g
- ・ 和風だしの素 ひとつまみ
- ・ 三温糖 小さじ1と半分
- ・ 濃口しょうゆ 小さじ2
- ・ 清酒 小さじ1と半分
- ・ 本みりん 小さじ1と半分
- ・ 水 80 g

● 水曜日～金曜日

水質異常のため
給食中止



○ 作り方 ○

- 1 大根を下茹でする。
- 2 いかを湯通しする。
- 3 鍋に水、大根、和風だしの素を入れて煮る。
- 4 大根に箸が通るようになったら人参と三温糖を半量加えて煮る。
- 5 残りの三温糖、濃口しょうゆ、清酒、みりんを加え、濃い目に味付けする。
- 6 いかとさやいんげんを加え、ひと煮立ちさせる。

～ 完成 ～

給食からのお知らせ

給食停止に伴い、月曜日の献立を変更します。
食物アレルギー対応に変更はありません。

変更前

ごはん 牛乳
焼きぎょうざ
ビーフンソテー
つみれと玉子のスープ



変更後

ぼくめし
牛乳
厚焼き玉子
すまし汁