

静岡県立御殿場特別支援学校の1週間の献立

4月27日～5月1日



● 月曜日 「世界の料理 イタリア」

ごはん 牛乳
 ボロニアカツ
 イタリアンサラダ
 ラビオリのトマトスープ
 レモンゼリー



献立紹介

わかめと筍のスープ

料理の説明

日本には春の料理「若竹汁」があります。春に旬を迎えるわかめと筍を使った汁物です。今回はパンの日なので、洋風のスープにしました。

● 火曜日

ごはん 牛乳
 鯖の枝豆ソース
 高野豆腐と筍の煮物
 かきたま汁



○ 材料4人分 ○

- ・ 水煮たけのこ（いちょう切り） 80 g
- ・ 玉葱（スライス） 40 g
- ・ ベーコン（短冊切り） 35 g
- ・ 生わかめ（ぶつ切り） 35 g
- ※乾燥わかめでも大丈夫です。
- ・ オリーブオイル 小さじ1/2
- ・ 料理酒 小さじ1
- ・ 水 550 cc
- ・ コンソメ 小さじ2
- ・ みりん 小さじ1
- ・ 塩こしょう 少々

● 水曜日

昭和の日



○ 作り方 ○

- 1 鍋にオリーブオイルを熱し、玉葱とベーコンを炒める。
- 2 たけのこ、清酒を加え、さっと混ぜる。
- 3 水、コンソメ、みりんを加えて煮る。
- 4 生わかめを加え、塩こしょうで味を調える。

● 木曜日

ごはん 牛乳
 豚肉の生姜焼き
 キャベツの即席漬け
 ごぼうと葱の
 和風スープ



● 金曜日 「こどもの日献立」

お茶パン 牛乳
 ハンバーグ
 キャベツと蓮根のサラダ
 わかめと筍のスープ
 こどもの日デザート



～ 完成 ～

