

# 静岡県立御殿場特別支援学校の1週間の献立

6月8日～6月12日



## ● 月曜日

ごはん 牛乳  
鶏肉と大豆の揚げ煮  
小松菜の塩こんぶ和え  
すまし汁



## 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。鶏肉と大豆を一度揚げているので、衣がタレを吸って、受話っとおいしい味になります。

## ● 火曜日

ごはん 牛乳  
さばのねぎ塩焼き  
五目大豆  
みそ汁



#### ○ 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

## ● 水曜日 世界の料理「カタル」

マクブース  
牛乳  
コーンの豆乳スープ  
ヨーグルト



#### ○ 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。

## ● 木曜日

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



## ● 金曜日

ごはん ふりかけ  
牛乳  
かぼちゃコロック  
高野豆腐の玉子とし  
すまし汁



～ 完成 ～