

9月

はいぜんひょう



長崎県立
鶴南特別支援学校

月	火	水	木	金
全国味めぐりシリーズ 大分県(10日)	2日	3日	4日	5日
かやくは、魚のすり身と豆腐、うすあげ、たっぷりの野菜と一緒に炊いた煮物です。とり天は、鶏肉の消費量が全国第一位の大分県の郷土料理です。サクッとした衣が特徴の鶏の天ぷらです。	 ③れいとうみかん ④ぎゅうにゅう ①なすとひきにくのスパゲティ ②せんざりやさいスープ	 ④きんぴらごぼう ⑤なし ⑥ぎゅうにゅう ③いわしのトマトに ②とうがんとみそしる ①ごはん	 ④ほうれんそうのソテー ⑤パイナップル ⑥ぎゅうにゅう ③とりにくのハニーマスタードやき ②ミネストローネ ①くるざとうパン	 ④キャベツのごまあえ ⑤ぶどう ⑥ぎゅうにゅう ③カレーポテトコロッケ ②かきたまじる ①むぎごはん
8日	9日	10日	11日	12日
 ④オレンジ ⑤ぎゅうにゅう ③やきにく ②はるさめじる ①ごはん	 ④グリーンサラダ ⑤ぶどう ⑥ぎゅうにゅう ③わふうハンバーグ ②もやしのスープ ①むぎごはん	 ④やさしいしそあえ ⑤パイナップル ⑥ぎゅうにゅう ③とりてん ②かやく ①ごはん	 ④てづくりぶどうゼリー ⑤ぎゅうにゅう ③クスクスのサラダ ②かぼちゃのポタージュ ①コッパン	 ④おくらともやしのごまあえ ⑤バナナ ⑥ぎゅうにゅう ③おこのみやきふうつくね ②なすのみそしる ①ごはん
15日	16日	17日	18日	19日
けいろうの日 いつもありがとう	 ④なし ⑤ぎゅうにゅう ③たらとだいのチリソース ②とうがんとすいもの ①ごはん	 ④バンバンジーサラダ ⑤オレンジ ⑥ぎゅうにゅう ③シューマイ ②マーボーなす ①むぎごはん	 ④ミニまんじゅう ⑤ぎゅうにゅう ③おつぼ ②すましじる ①ひじきごはん	非常食の日
22日	23日	24日	25日	26日
 ④アスパラガスのサラダ ⑤ミニようなしゼリー ⑥ぎゅうにゅう ③トマトオムレツ ②じゃがいものベーコンに ①ごはん	しゅうぶんの日 振りかえきゅうじつ 振替休日 	 ④なし ⑤ぎゅうにゅう ③うまに ②えびだんごスープ ①むぎごはん	 ⑤パイナップル ④マセドアンサラダ ⑥ぎゅうにゅう ③ほうれんそうのキャシュ ②ボルシチ ①こめパン	 ③かき ④ぎゅうにゅう ①チキンカレーライス ②ハーブドレッシングサラダ
29日	30日	長崎を食べようシリーズ 五島市 (18日)		
 ③ミニにくまん ④ぎゅうにゅう ①やきビーフン ②こもくちゅうかスープ	 ④きりぼだいこんのいためもの ⑤バナナ ⑥ぎゅうにゅう ③さばのたたきあげ ②こまつなのみそしる ①ごはん	世界の料理ツアー ロシア (25日)		
		ボルシチは、ロシアやウクライナ地方で食べられる伝統料理で、紅(あか)い汁という意味です。トマトも入りますが、ピーツという赤かぶに似た野菜が入ることで、スープの色が真っ赤になります。マセドアンサラダは、色とりどりの野菜を小さな角切りにし、調味料であえたサラダです。		