



は い ぜ ん ひ ゃ う



ながさきけんりつ
長崎県立
かくなんとくべつしえんがっこう
鶴南特別支援学校

月	火	水	木	金
全国味めぐりシリーズ 北海道（13日） どさんこ汁は、道産子汁と書き、北海道で生まれたものという意味で、郷土愛にあふれる呼び名です。鮭のちゃんちゃん焼は、北海道産の鮭に、みそで味つけした野菜をのせて焼きます。 	長崎を食べようシリーズ まるごと長崎県給食（19日） 今月の長崎郷土料理シリーズは〇〇市の料理ではなく、調味料以外の食材を全部長崎県産を使用した「まるごと長崎県給食」です。ひじきは五島の海で採れたもの、そうめん汁のそうめん・しいたけ・えのきは島原市産。あじフライは松浦市で水揚げ・加工された魚です。その外も、全部県産品の地産地消です。 	世界の料理ツアー ブラジル（29日） アホイスの「アホーにんにく」、「イス＝ライス」つまり、ガーリックライスです。ムケッカは、シーフードとココナッツミルクを使ったシチューです。給食では、タラとえびを野菜と一緒に炒め、ココナッツミルクとトマトで味付けします。サウピカウンは鶏肉と野菜や果物をマヨネーズであえたサラダです。給食のかくし食材は、小さく刻んだりんごです。 	1日  ④バナナ  ⑤ぎゅうにゅう  ③チンジャオロース  ①ごはん  ②チンゲンサイのちゅうかスープ	
4日 ふりかえきゅうじつ 	5日  ③パイナップル  ④ぎゅうにゅう  ①くじらカレーライス  ②フレンチサラダ	6日  ④ラ・フランス  ⑤ぎゅうにゅう  ③はるさめサラダ  ①むぎごはん  ②とりにくとだいごんのべっこうに	7日  ③ボンデ・チョコドーナツ  ④ぎゅうにゅう  ①やきビーフ  ②つくねだんごスープ	8日  ⑤りんご  ⑥ぎゅうにゅう  ④れんごんのおかいため  ①ごはん  ②とりごぼうじる  ③カミカミたこメンチ
11日 かくなんまつり だいきゅう 	12日  ⑤みかん  ④さんしょくナムル  ③シュウマイ  ①ごはん  ②はっぼうさい	13日  ④バナナ  ⑤ぎゅうにゅう  ③さけのちゃんちゃんやき  ①ごはん  ②どさんこじる	14日  ④かたぬきチーズ  ⑤ぎゅうにゅう  ③かいそうサラダ  ①pain pan  ②ポトフ	15日  ③てづくりブルーベリーマフィン  ④ぎゅうにゅう  ①みそにこみうどん  ②やさいのアーモンドサラダ
18日 長崎を食べよう シリーズ	19日  ④はくさいのあまずあえ  ⑤いちごゼリー  ③あじフライ  ①ひじきごはん  ②そうめんじる	20日  ④ごとうさんさいのいために  ⑤みかん  ③とりにくのねぎしおやき  ①ごはん  ②こまつなのみそじる	21日  ④りんご  ⑤ぎゅうにゅう  ③ブロッコリーのサラダ  ①こめこパン  ②ポークビーンズ	22日 かいこうきねんび 
25日  ④ひよつるのすのもの  ⑤てづくりぎゅうにゅうかん  ③きびなのからあげ  ①むぎごはん  ②はくさいとにくだんごのスープ	26日  ⑤パイナップル  ④やさいソテー  ③タンドリーチキン  ①コッパン  ②ホワイトシチュー	27日  ④うらかみそぼろ  ⑤みかん  ③あつやきたまご  ①ごはん  ②のっぺいじる	28日  ④ラ・フランス  ⑤ぎゅうにゅう  ③ぎゅうにくのかんこくふういため  ①ごはん  ②うずらのたまごスープ	29日 世界の料理 ツアー  ④ミニピーチゼリー  ⑤ぎゅうにゅう  ③サウピカウン  ①アホイス  ②ムケッカ