

横浜市立東俣野特別支援学校の給食

学校独自の献立です



ぶどうパン 牛乳

スパゲティトマトソース

グリーンサラダ ももジュレ

●スパゲティ	●グリーンサラダ	
トマトソース	キャベツ	35
スパゲティ	きゅうり	10
まぐろ油漬(フレーク)	えだまめ(冷凍)	10
たまねぎ	米サラダ油	3
カットトマト(缶)	砂糖	0.5
トマト	酢	2
なす	塩	0.2
ズッキーニ	こしょう	0.08
ピーマン	からし	0.05
にんにく	0.5	
オリーブ油	0.7	
トマトケチャップ	●ももジュレ	
塩	黄桃(缶)	50
黒こしょう	砂糖	5
バジル(乾燥)	0.04	
	アガー	0.6
	0.05	
	水	30

※給食室での作り方を紹介しています。



給食室をのぞいてみよう

個々の食べる機能に合わせて、ブレンダーにかけたり裏ごししたりします



えだまめをゆでます



ペースト状にした後はスチームコンベクションオーブンで再加熱します



スパゲティ
トマトソース
を作ります



スパゲティを
ゆでます



グリーンサラダ
を作ります





横浜市立東俣野特別支援学校の給食



学校独自の献立です



マカロニグラタンの作り方

(給食室での作り方です)

材料名	切り方	1人分(g)
マカロニ		20
鶏肉		10
「むきえび		10
「ワイン (白)		1
たまねぎ	うす	45
にんじん	いちよう	10
こまつな	2 c m	8
エリンギ	いちよう	5
米サラダ油		0.7
「小麦粉		2
「マーガリン		2
牛乳		20
豆乳		20
脱脂粉乳		5
粉チーズ		2
パン粉		3
塩		0.5
こしょう		0.03
水		20

給食室をのぞいてみよう



野菜は流水で3回洗います



圧力鍋やブレンダーを使い、特別食を作ります



パンがゆを作ります



- こまつなを切り、ゆでる。
- エリンギ・にんじん・たまねぎを切る。
- むきえびを解凍し、白ワインにつける。
- マカロニをかためにゆでる。
- ルーを作る。
- 油を熱し、鶏肉・たまねぎ・にんじんを炒め、エリンギ・水を入れて煮込む。
- 材料が煮えたら調味し、ルーを入れ、牛乳・といた脱脂粉乳・豆乳・えびを入れ弱火でよく煮込む。
- マカロニ・こまつなを入れ、ホテルパンに配食し、粉チーズ・パン粉をかけ、オーブンで焼く。

マカロニグラタンを作ります



横浜市立東俣野特別支援学校の給食



2021年



献立名

ごはん 牛乳 凍り豆腐の炒り煮 ごまあえ ほうとう

学校独自の献立です



ほうとう		
材料名	切り方	1人分(g)
ほうとう(冷凍)		40
豚肉		10
油揚げ	短冊	5
かぼちゃ	半月	20
にんじん	いちょう	10
しめじ		10
ねぎ	ななめ	8
淡色辛みそ		7
赤色辛みそ		2
酒		1
削り節・水		130

給食室をのぞいてみよう



野菜は流水で
3回洗います



作り方

(給食室で実際に行っている作り方を紹介しています)

- 1 だしをとる。
- 2 ほうとうを別容器にあける。
- 3 油揚げを油抜きし、切る。
- 4 かぼちゃ・にんじん・ねぎを切る。
- 5 しめじをほぐす。
- 6 だし汁に豚肉を入れ、アクをとりながら煮る。
- 7 にんじんを入れる。
- 8 油揚げ・かぼちゃ・ほうとうを入れ、沸騰したら、しめじ・調味料・ねぎを入れる。

ごまあえを作ります



個々の食べる機能に合わせ、
圧力鍋やミキサー等を使い
特別食を作ります

食器に配食後、
スチームコンベクション
オーブンで再加熱します



ほうとうを作ります



横浜市立東俣野特別支援学校の給食

2020年



献立名 ロールパン 牛乳 魚フライ 野菜ソース モロヘイヤスープ

特別支援学校
独自のメニューです



モロヘイヤスープ		
材料名	切り方	1人分(g)
豚肉		10
ベーコン		3
じゃがいも	いちょう	20
たまねぎ	うす	30
にんじん	いちょう	10
スイートコーン (ホール)		10
モロヘイヤ	2cm	8
塩		0.4
豚骨・水		130



作り方

(給食室で実際に行っている作り方を紹介しています)

- 1 豚骨でスープをとる。
- 2 スイートコーンは開封しザルにあける。
- 3 じゃがいも・たまねぎ・にんじんを切る。
- 4 モロヘイヤを切り、下ゆでする。
- 5 ベーコンをから炒りし、少量のたまねぎを炒める。
- 6 スープを加え、豚肉を入れ、アクをとりながら煮る。
- 7 にんじん・残りのたまねぎを入れ、調味する。
- 8 じゃがいも・コーンを入れる。
- 9 モロヘイヤを入れる。

給食室の様子



モロヘイヤを洗って、
切って、下ゆでします



ミキサーにかけて、
特別食を作ります



回転釜で魚フライを
揚げています



最後に必ず温度を
測って確認します



モロヘイヤは
エジプトで親しまれて
いる野菜です



横浜市立東俣野特別支援学校の給食



●献立名●

ぶどうパン 牛乳 豚肉のトマト煮 じゃがいものソテー フレンチサラダ



給食室の様子



豚肉のトマト煮

材料名	切り方	1人分(g)
豚肉		30
いんげん豆		10
たまねぎ	うす	60
トマト	2cm角	20
カットトマト(缶)		25
ピーマン	せん	5
にんにく	みじん	0.1
オリーブ油		0.7
トマトケチャップ		10
中濃ソース		3
塩		0.4
ワイン(赤)		1

作り方 (給食室で実際に行っている作り方を紹介しています)

- 1 いんげん豆を固めにゆでる。
- 2 たまねぎ・トマト・にんにくを切る。
- 3 ピーマンを切り、ゆでる。
- 4 カットトマト缶を汁ごと別容器にあける、
- 5 トマトケチャップ・カットトマト・中濃ソースを別煮する。
- 6 釜にオリーブ油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎをよく炒める。
- 7 豚肉を入れ、赤ワインをふり入れよく炒め、トマト・調味料を入れて煮込む。
- 8 いんげん豆を入れてさらに煮込む。
- 9 ピーマンを入れる。

横浜市立東俣野特別支援学校の給食



●献立名●

食パン ソース焼きそば コーンスープ プルーンはっこう乳

給食室の様子



材料名	切り方	1人分(g)
むし中華めん		45
豚肉		15
いか(短冊)		10
酒		1
キャベツ	短冊	50
たまねぎ	うす	35
もやし		40
にんじん	せん	15
にら	2cm	5
青のり		0.3
米サラダ油		0.7
ウスターソース		8
中濃ソース		4
塩		0.3
こしょう		0.03

ソース焼きそばの作り方

- 1 キャベツ・にら・にんじん・たまねぎを切る。
- 2 いかを解凍し、酒につける。
- 3 めんは切り、蒸して焼く。
- 4 油を熱し、豚肉・にんじん・たまねぎ・いか・もやし・キャベツ・にらの順によく炒め、調味料を入れる。
- 5 めん・青のりを入れる。

個々の食べる機能に応じて、ミキサーにかけて食べやすくした「ミキサー食」等の給食を提供しています。



調理員さんが実際に行っている給食の調理法を紹介しています

10月 5日 (月)

横浜市立東俣野特別支援学校の給食



【献立名】

- はいがごはん
- 牛乳
- ハンバーグ和風
ソース
- けんちん汁

児童用

職員用



児童用ミキサ一食

全形態の給食を校長先生が検食します。

