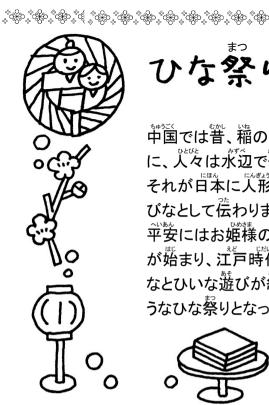
3月 給食献立表 2025年 3月 3日(月)		*************************************				2025年 3月 6日(木)		*************************************		F度 大阪府立東淀川支援 ^費 2025年 3月13日(木)	
<u> </u>		献立名/食品名		献立名/食品名		献立名/食品名		献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
ぎゅうにゅう 【 牛乳 】		きゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】		きゅうにゅう 【 牛乳 】	_	ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【 牛乳 】	126
【 午乳】 ★牛乳	120		120	【午乳】	120	【午乳】	120	【午乳】	120	【午乳】 	120
★午孔	440	★牛乳	201	★牛乳 【ごはん(健康米)】	201	★牛乳	010	★牛乳 【***: / / / / / / / / / / / / / / / / / /	201	★牛乳	0.75
【ツナちらし寿司】	449	【ごはん(健康米)】 金賞健康米	301	【□はん (健康不/) 金賞健康米	301	【ハヤシライス】 金賞健康米	010	【ごはん(健康米)】	301	【ペンネボロネーゼ】 ペンネ	375
金賞健康米		並貝健康不	216		152			金賞健康米 【さわらのおろしじょうゆかけ】	143		+
		【鶏肉のからあげ】	210	【さばの塩焼き】	132	じゃがいも		さわら	140	牛ひき肉	+
		鶏肉		まさば		玉葱		食塩		豚ひき肉	+
		にんにく		食塩		にんじん		酒		にんじん	+
<u> </u>		しょうが		酒		グリンピース(冷凍)		レモン(果汁、生)		玉葱	+
こいくちしょうゆ		食塩		to 40 1.14- 1-	47			上白糖		セロリー	1
本みりん		白こしょう		【若ごぼうの炒め煮】		綿実油		本みりん		にんにく	1
上白糖		酒		★油揚げ		トマトピューレ		酒		マッシュルーム(水煮缶詰))
酒		薄力粉		葉ごぼう		トマトケチャップ		うすくちしょうゆ		綿実油	
干し椎茸		かたくり粉		はくさい		ローレル(粉)		こいくちしょうゆ		食塩	1
★高野豆腐		綿実油		ごま油		食塩		水		ローレル(粉)	
さんどまめ(冷凍)		【キャベツともやしの赤じそあえ】	11			白こしょう		だいこんおろし(冷)		トマト缶詰(ダイス)	
にんじん		りょくとうもやし		こいくちしょうゆ		デミグラスソース			163		
ごま(いり)		キャベツ		本みりん		濃厚ソース		【がんもどきのみそ煮】		トマトピューレ	
酒		上白糖		削り節・昆布だし		ウスターソース		豚肉		コンソメ(粉末)	
こいくちしょうゆ		ゆかり		(沢煮椀)	111	薄力粉		★がんもどき		上白糖	
上白糖		うすくちしょうゆ				綿実油		じゃがいも		薄力粉	
食塩		【玉ねぎのみそ汁】	67			水		玉葱		オリーブ油	
削り節・昆布だし		「玉ねさのみで汗」		だいこん		【ブロッコリーのサラダ】	49			食塩	
きざみのり		玉葱		にんじん		ブロッコリー(冷凍)		にんじん		【ごぼうサラダ】	77
【うすくず汁】	67			干し椎茸		玉葱		上白糖		ごぼう	
		★油揚げ		ごぼう		にんじん		こいくちしょうゆ		にんじん	
鶏肉		こまつな		キャベツ		オリーブ油		赤みそ		キャベツ	
酒		ぶなしめじ		うすくちしょうゆ		白ワインビネガー		削り節		まぐろ缶詰(油漬フレークライト)	-
さといも だいこん		葉ねぎ 赤みそ		食塩 本みりん		上白糖 うすくちしょうゆ		水		綿実油 食塩	
にんじん		ー 赤みて 白みそ		日本のりん 日布だし		食塩				大 大 大 大 大 大 大 大 大	
玉葱		昆布だし		削り節		日こしょう				玉葱	+
<u> </u>		削り節		水		粒入りマスタード				こいくちしょうゆ	+
食塩		水		あじ	5		113			ごま(いり)	+
うすくちしょうゆ		, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		【味つけのり】	- 3	【桃のクラフティ】	110			【ドーナツ】	118
本みりん				味つけのり		モモ(缶詰)				★絹ごし豆腐	110
昆布だし			_	71 / . / /		薄力粉				プレミックス粉(ホットケーキ用))
削り節		あられ:もち米、砂糖、				★たまご				粉糖	1
水		酵調味液、食塩、で	んぷ ┌			★生クリーム				水	
かたくり粉		ん、トマトパウダー、ほ	÷ว่わ.			上白糖				なたね油	
【なのはなのごまあえ】	24	ん草パウダー、パプリ				コーンフレーク					
和種なばな			/J/ \								
はくさい		ウダー、昆布、青のり									1
うすくちしょうゆ		\parallel									1
上白糖			_								
かつお昆布だし							-				1
ごま(いり) ごま(すり)			1				1				+
_ こま(9 ツ) 【11 to ちこね】	200	こうとうぶ ねんせい 高等部3年生									+
【ひなあられ】	30		-			を業お祝い献立	-				
あられ	200	そつぎょう 卒業リクエスト献立	701		740		001		700	,	- 000
	696		721		742	1	904		733	5]	696

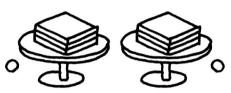
2025年 3月14日(金))	2025年 3月17日(月))	2025年 3月18日(火))	2025年 3月19日(水)	2025年 3月21日(金	.)		
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名		献立名/食品名		献立名/食品名		献立名/食品名	kcal		
では、 「牛乳」		「牛乳」		(4乳)		【牛乳】		(牛乳)	126		
	120		120		120		120		120	'	
★牛乳	001	★牛乳	001	★牛乳	044	★牛乳	001	★牛乳			
【ごはん(健康米)】 金賞健康米	301	【ごはん(健康米)】 金賞健康米	301	【黒糖パンズ】	344	【大阪産ごはん】	301	【和風力レー丼】	555	1	
	189		150	★黒糖バンズ		大阪産米		金賞健康米			
【豚肉と厚揚げの中華炒め】	109	【鶏肉の照り焼き】	100	【グヤーシュ(ハンガリー)】	198		133				
豚肉		鶏肉		豚肉	100	「下内の梅風味いため」	100	酒			
こいくちしょうゆ		しょうが		にんにく		豚肉		★油揚げ			
酒		酒		玉葱		玉葱		玉葱			
しょうが		こいくちしょうゆ		にんじん		にんじん		にんじん			
にんにく		本みりん		じゃがいも		青ピーマン		白ねぎ			
綿実油		上白糖		マッシュルーム(水煮缶詰)		綿実油		ぶなしめじ			
★厚揚げ		こいくちしょうゆ		黄ピーマン		こいくちしょうゆ		しょうが			
はくさい		上白糖		赤ワイン		本みりん		綿実油			
にんじん		本みりん		水		上白糖		食塩			
干し椎茸		酒		食塩		酒		カレールウ			
玉葱		かたくり粉		こしょう混合		梅びしお		こいくちしょうゆ			
にら		【ブロッコリーおかかあえ】	25			【みそ汁】	53				
こいくちしょうゆ		ブロッコリー(冷凍)		パプリカ(粉)				かたくり粉			
本みりん		糸かつお		トマト缶詰(ホール)		はくさい		【もやしのごま酢あえ】	28		
上白糖		こいくちしょうゆ		トマトピューレ		玉葱		=			
中華だし		本みりん		こいくちしょうゆ		にんじん		にんじん			
水		食塩		本みりん		糸みつば		りょくとうもやし			
かたくり粉	60	【おくずかけ(宮城県)】	81	パセリ	77	干し椎茸		食塩			
【青梗菜のスープ】	68	そうめん(乾)		【切干大根のサラダ】	77	' ぶなしめじ カットわかめ		米酢 上白糖			
鶏肉		おつゆふ		切干しだいこん		赤みそ		<u>エロ楣</u> ごま(すり)			
<u></u>				キャベツ		ー かみそ 自みそ		【 みかんゼリー 】	46		
にんじん		ごぼう		にんじん		昆布だし		みかんゼリー	40	'	
りょくとうもやし		さといも		とうもろこし(冷凍)		削り節		07370 E 7			
普通はるさめ(乾)		にんじん		★大豆の華		水					
中華だし		干し椎茸		★エッグケアドレッシング		まめ	109	みかんゼリー:みかん還	元		
うすくちしょうゆ		糸こんにゃく		米酢		【じゃこ豆】		果汁(国内製造)、砂糖	、果		
本みりん		葉ねぎ		うすくちしょうゆ		★大豆(国産、乾)		糖/ゲル化剤(増粘多料	唐		
酒		うすくちしょうゆ		上白糖		かたくり粉		類)、酸味料、香料、ビタ	-		
上白糖		本みりん		白こしょう		綿実油		C			
食塩		食塩		ごま(いり)		ちりめんじゃこ		-			
鳥がらだし		昆布だし		白ワイン		上白糖					
水		削り節				こいくちしょうゆ					
【味つけのり】	5	水				ごま(いり)			-		
						削り節・昆布だし					
味つけのり											\vdash
											\vdash
											\vdash
											\vdash
											\vdash
											\vdash
		*************************************		世界の料理							\vdash
		がエキサ生									
	600	— 宮城県 —	601	― ハンガリー ―	745	使用しています	700		755		
	689		691		745	1	722		755		

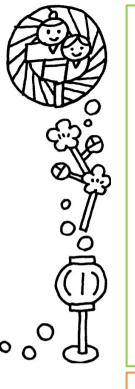


ひな祭りの由来

中国では昔、稲の苗を植える3月 に、人々は水辺で体を清めました。 それが日本に人形を川に流す流し びなとして伝わりました。

平安にはお姫様の間でひいな遊び が始まり、江戸時代になると流しび なとひいな遊びが結びつき、今のよ うなひな祭りとなったそうです。





ひな祭りの節句菓子の代表といえば、ひなあられ。関東地方のひ なあられは、蒸したもち業を乾燥させ、さらに炒って砂糖をかけて 色をつけます。一見わかりにくいのですが、お光が変身したものな のです。中部地方や西日本では、丸い形で塩味やしょう油味のあ られを供えます。



- て、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。
- ※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。

【3月17日】



「おくずかけ」は南部を中心 に、春と秋の彼岸や、お盆の 時期等にたべられる代表的な 郷土料理として伝えられてい ます。

数種類の野菜や、豆腐、油揚 げ、豆麩などをだし汁で煮込 み、白石温麺を加えてとろみ をつけた、鼻だくさんの洋物で す。

【3月18日】



グヤーシュは、ハンガリーの 代表的な煮込み料理です。パ プリカの実を乾燥させて粉(パ ウダー)にした香辛料をたくさ ん使います。