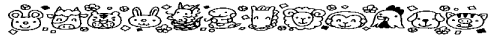


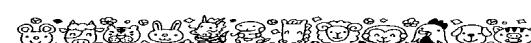
## 1月 給食献立表



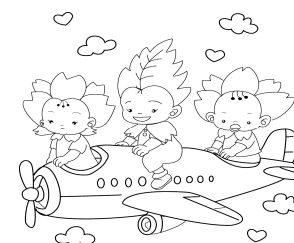
令和7 年度 大阪府立東淀川支援学校

2026年 1月 9日(金)		2026年 1月13日(火)		2026年 1月14日(水)		2026年 1月15日(木)		2026年 1月16日(金)		2026年 1月19日(月)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
<b>【牛乳】</b>	126	<b>【のむヨーグルト】</b>	131	<b>【牛乳】</b>	126	<b>【牛乳】</b>	126	<b>【牛乳】</b>	126	<b>【牛乳】</b>	126
★牛乳		★のむヨーグルト		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
<b>【ごはん(健康米)】</b>	303	<b>【ポークカレーライス】</b>	572	<b>【ごはん(健康米)】</b>	303	<b>【ごはん(健康米)】</b>	303	<b>【パーカーパン】</b>	277	<b>【ごはん(健康米)】</b>	303
金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		★パーカーパン		金賞健康米	
<b>【松風焼き】</b>	205	おおむぎ(押麦)		<b>【鶏肉のオーロラ煮】</b>	238	<b>【味付けのり】</b>	5	<b>【照り焼きハンバーグサンド】</b>	192	<b>【がめ煮】</b>	220
鶏ひき肉		じゃがいも		鶏肉		味付けのり		ポークチキンハンバーグ		鶏肉	
玉葱		玉葱		玉葱		<b>【豚肉と厚揚げの中華炒め】</b>	181	綿実油		にんじん	
食塩		にんじん		しょうが		豚肉		こいくちしょうゆ		だいこん	
白こしょう		グリーンピース(冷凍)		酒		こいくちしょうゆ		上白糖		ごぼう	
あおのり		セロリー		かたくり粉		酒		本みりん		さといも(冷凍)	
白ねぎ		にんにく		綿実油		しょうが		酒		板こんにやく	
しょうが		綿実油		トマトケチャップ		にんにく		かたくり粉		★絹厚揚げ	
にんじん		薄力粉		上白糖		綿実油		水		さんどまめ(冷凍)	
パン粉(乾燥)		綿実油		赤みそ		★絹厚揚げ		<b>【キャベツのソテー】</b>		綿実油	
上白糖		カレールウ		<b>【菊菜と白菜のごま和え】</b>	22	はくさい		キャベツ		上白糖	
酒		ウスターソース		しゅんぎく		にんじん		コンソメ(粉末)		本みりん	
こいくちしょうゆ		水		はくさい		干し椎茸		食塩		こいくちしょうゆ	
赤みそ		<b>【だいこんとカリフラワーのピクルス】</b>	32	にんじん		玉葱		白こしょう		うすくちしょうゆ	
かたくり粉		カリフラワー		ごま(すり)		にら		綿実油		昆布だし	
ごま(いり)		にんじん		ごま(いり)		こいくちしょうゆ		<b>【冬野菜のポトフ】</b>	125	削り節	
綿実油		食塩		上白糖		本みりん		ウィンナー(チキン)		水	
<b>【紅白なます】</b>	26	白こしょう		こいくちしょうゆ		上白糖		だいこん		<b>【ほうれん草の磯香あえ】</b>	20
だいこん		上白糖		かつお昆布だし		中華だし		じゃがいも		ほうれんそう	
にんじん		米酢		<b>【ごぼうともやしのみそ汁】</b>	58	水		玉葱		りょくとうもやし	
食塩		うすくちしょうゆ		おつゆふ		かたくり粉		にんじん		にんじん	
米酢		綿実油		りょくとうもやし		<b>【青梗菜のスープ】</b>	65	はくさい		もみのり	
上白糖				キャベツ		鶏肉		ブロッコリー(冷凍)		本みりん	
うすくちしょうゆ				ごぼう		チンゲンツァイ		白ワイン		うすくちしょうゆ	
<b>【すまし汁】</b>	79			白ねぎ		にんじん		鳥がらだし		削り節・昆布だし	
鶏肉				干し椎茸		りょくとうもやし		うすくちしょうゆ		<b>【ゆかりふりかけ】</b>	1
焼き抜きかまぼこ				赤みそ		普通はるさめ(乾)		本みりん		ゆかりふりかけ	
さといも				白みそ		中華だし		コンソメ(粉末)		ゆかりふりかけ: 塩蔵赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)、酸味料)	
だいこん				昆布だし		うすくちしょうゆ		水			
にんじん				削り節		本みりん					
ほうれんそう				水		酒					
うすくちしょうゆ						食塩					
本みりん						鳥がらだし					
ゆず(果皮、生)						水					
昆布だし											
削り節											
水											
										給食週間 郷土料理 一福岡県 -	
	739		735		747		680		720		670



[illegible]

せかい りょうり  
世界の料理  
アドボ  
—フィリピン—



【1月29日】



アドボとは、もともとスペインの肉料理「アドバード」を原型とするフィリピンの代表的な家庭料理です。料理名自体が「漬け込む」という意味を持つ言葉で、文字通り、肉は酢を主体とした調味液に漬けて煮こみます。

※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の1に対して、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。

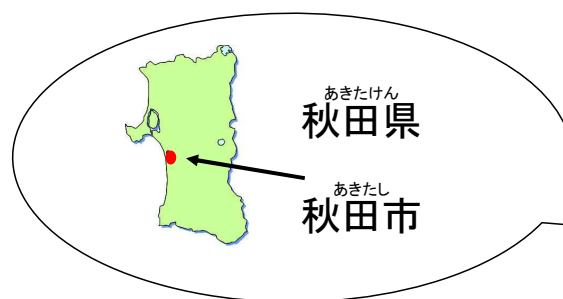
きゅうしよくしゅうかん  
給食週間は

がつ にち にち  
【1月19日～23日】

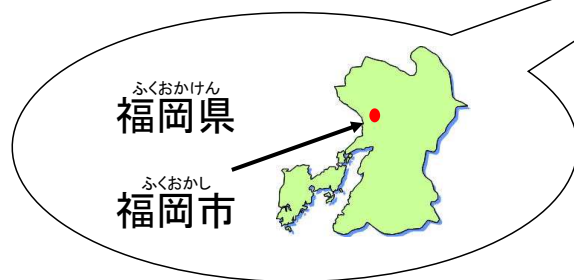
がつ はつか  
【1月20日】

きょうどりようり めぐ  
郷土料理巡りです！

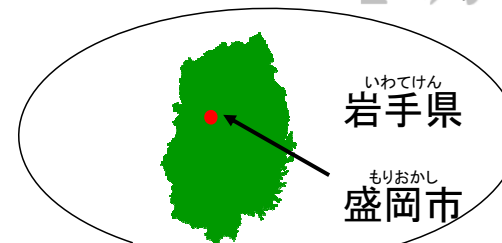
がつ にち  
【1月22日】



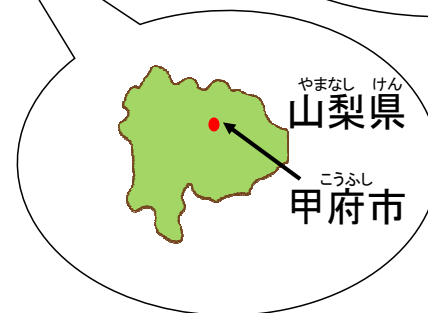
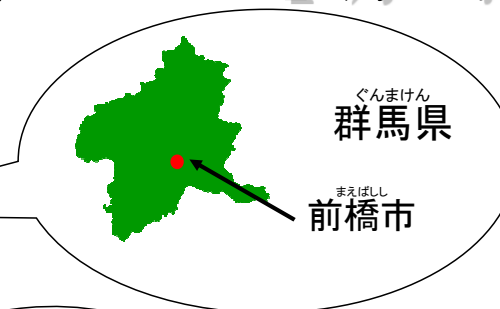
がつ にち  
【1月19日】



にほんちず  
— 日本地図 —



がつ にち  
【1月21日】



がつ にち  
【1月23日】

日本は南北に長く、春・夏・秋・冬の四季の変化があり、地域や季節によって特徴ある産物があります。それらを生かして、日本各地には昔から食べられてきた郷土料理があります。昔の人たちが工夫して生み出した産物や料理は、日本の食文化として大切に、受け継いでいきたいものです。この機会に、いろいろな都道府県の郷土料理についてみんなで話をしてみましょう。

