

2月 納食立表

令和7年度 大阪府立東淀川支援学校



2026年2月19日(木)		2026年2月20日(金)		2026年2月24日(火)		2026年2月25日(水)		2026年2月26日(木)		2026年2月27日(金)	
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
【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【ごはん(健康米)】	303	【おさつパン】	355	【ごはん(健康米)】	320	【ごはん(健康米)】	303	【1/2コッペパン】	162	【ごはん(健康米)】	303
金賞健康米		★おさつパン		金賞健康米		金賞健康米		★コッペパン		金賞健康米	
【すきやき風煮】	227	【鶏肉のフレーク焼き】	238	【ハヤシライス】	223	豚肉	187	【鯖のしょうが煮】	375	【味付けのり】	5
豚肉		鶏肉		赤ワイン		まさば		焼きそば用中華麺(油引き)		味付けのり	
焼きふ(観世ふ)		★エッグケアドレッシング		マッシュルーム(水煮缶詰)		しょうが		豚肉		【千草やき◎卵除去食】	141
★絹厚揚げ		食塩		玉葱		上白糖		キャベツ		鶏ひき肉	
糸こんにゃく		白こしょう		にんじん		酒		玉葱		酒	
はくさい		パン粉(乾燥)		グリンピース(冷凍)		本みりん		青ビーマン		綿実油	
玉葱		コーンフレーク		セロリー		こいくちしょうゆ		にんじん		にんじん	
白ねぎ		【ごろごろ野菜のトマト煮】	92	綿実油		昆布だし		ウスターソース		玉葱	
えのきたけ				トマトピューレ		水		濃厚ソース		葉ねぎ	
にんじん		豚肉もも		トマトケチャップ		【かぼちゃのみぞ汁】	101	白こしょう		干し椎茸	
綿実油		赤ワイン		ローレル(粉)				食塩		上白糖	
酒		にんじん		食塩		★木綿豆腐		綿実油			
上白糖		玉葱		白こしょう		★油揚げ		【わかめスープ】	48	うすくちしょうゆ	
黒砂糖		セロリー		デミグラスソース		かぼちゃ				こいくちしょうゆ	
本みりん		キャベツ		濃厚ソース		玉葱		★木綿豆腐		昆布だし	
食塩		じゃがいも		ウスターソース		にんじん		鶏肉		削り節	
こいくちしょうゆ		にんにく		薄力粉		赤みそ		かたくり粉		水	
【キャベツと三度豆のかつお梅風味】	27	パセリ(乾)		綿実油		白みそ		チンゲンツアイ		★たまご	
		オリーブ油		水		昆布だし		えのきたけ		【ヒカド】	121
キャベツ		トマト缶詰(ダイス)		【ブロッコリーのサラダ】	49	削り節		にんじん		豚肉	
さんどまめ(冷凍)		トマトケチャップ				ブロッコリー(冷凍)		食塩		干し椎茸	
かつお(破碎)		上白糖		玉葱		葉ねぎ		白こしょう		さつまいも	
梅びしお		食塩		にんじん		【ほうれん草の磯香あえ】	21	うすくちしょうゆ		だいこん	
上白糖		白こしょう		オリーブ油				本みりん		にんじん	
米酢		ローレル(粉)		白ワインビネガー		ほうれんそう		鳥がらだし		白ねぎ	
うすくちしょうゆ		コンソメ(粉末)		上白糖		りょくとうもやし		水		赤みそ	
【やさいふりかけ】	9	鳥がらだし		うすくちしょうゆ		にんじん		白みそ		かたくり粉	
		水		食塩		もみのり		昆布だし		昆布だし	
やさいふりかけ				白こしょう		本みりん		削り節		水	
やさいふりかけ: 塩蔵青菜((広島菜、京菜、大根葉)(日本)、砂糖、鰹削り節、塩蔵赤しそ、食塩、かぼちゃフレーク、にんじんフレーク、みりん、酵母エキス、鰹削り節粉末、食用植物油脂、昆布エキス／酸味料、酸化防止剤(ビタミンE)				粒入りマスター		うすくちしょうゆ					
				【セレクトデザート】	42						
						みかんゼリー					
				ぶどうゼリー	72						
				みかんゼリー: みかん還元果汁(国内製造)、砂糖、果糖・ゲル化剤(増粘多糖類)、V. C、香料、酸味料							
				ぶどうゼリー: ぶどう還元果汁(アメリカ製造)、ポリデキロース(食物繊維)、砂糖、果糖／加工デンプン、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、V. C、香料、ピロリン酸							
				みかんゼリー	760						
				ぶどうゼリー	811						
					790						
								738			
									711		
692											696

きょうどりょうり
郷土料理
—長崎県—

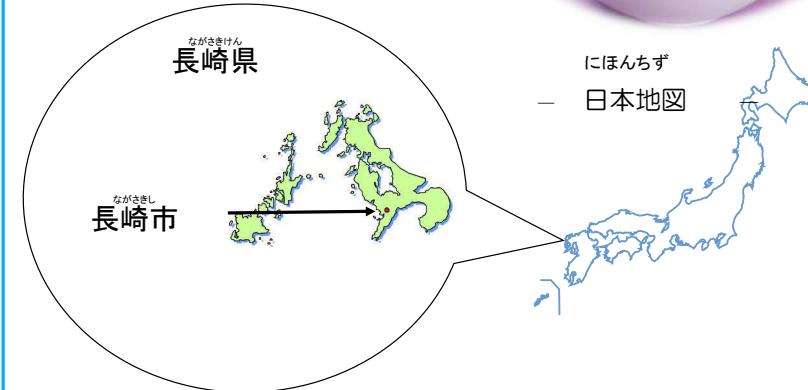
せかい りょうり 世界の料理 -シンガポール-

【2月17日】



海南鶏飯 は、ゆでた鶏と、そのゆで汁で料理したご飯を一緒に皿へ盛り付け料理で、シンガポールやマレーシア、タイなどの東南アジアでは定食としよく食べられています。

ながさきけん きょうどりょうり 長崎県の郷土料理 【2月27日】 ヒカド



1600年代の初期から長崎に伝わる郷土料理です。かつて長崎にいたポルトガル人の宣教師や貿易に携わっていた人々は、寒い季節に牛肉や豚肉を使ったシチューを食べていました。その味は次第に地元の人々の間にも広がり、のちに地域で採れる野菜、鶏、魚などを使った独自の作り方が確立されていき、現在に伝わる「ヒカド」は、それが起源といわれています。

※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。

