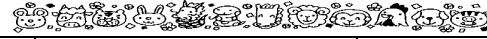


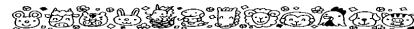
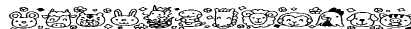
1月 給食献立表

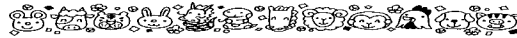
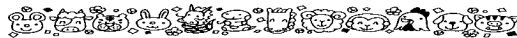


令和5年度 大阪府立東淀川支援学校

2024年 1月10日(水)		2024年 1月11日(木)		2024年 1月12日(金)		2024年 1月15日(月)		2024年 1月16日(火)		2024年 1月17日(水)	
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】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126
【はいがごはん】 はいがまい	313	【豚丼】	478	【はいがごはん】 はいがまい	313	【はいがごはん】 はいがまい	313	【チキンカレーライス】 はいがまい	603	【はいがごはん】 はいがまい	313
【松風焼き】 鶏ひき肉	205	はいがまい 豚肉		【鶏肉の塩麴焼き】 鶏肉	171	【豚肉のごまだれ炒め】 豚肉	262	鶏肉 じゃがいも		【酢豚】 豚肉	255
玉葱		酒		塩麴		青ピーマン		玉葱		こいくちしょうゆ	
食塩		にんじん		酒		玉葱		にんじん		グリーンピース(冷凍)	
白こしょう		青ねぎ		本みりん		にんじん		セロリー		にんにく	
あおのり		糸こんにゃく		【厚揚げのとりみ汁】 【厚揚げのとりみ汁】	88	ごま(ねり)		にんにく		酒	
白ねぎ		綿実油		豚肉		上白糖		綿実油		かたくり粉	
しょうが		上白糖		★絹厚揚げ(冷凍)		本みりん		薄力粉		上新粉	
にんじん		本みりん		だいこん		こいくちしょうゆ		綿実油		綿実油	
パン粉(乾燥)		食塩		にんじん		ごま(いり)		カレールー		玉葱	
上白糖		うすくちしょうゆ		ぶなしめじ		【ごぼうともやしのみそ汁】	55	ウスターソース		青ピーマン	
酒		こいくちしょうゆ		ほうれんそう		おつゆふ		水		ごま油	
こいくちしょうゆ		削り節・昆布だし		かたくり粉	77	りよくともやし		【だいこんとカリフラワーのピクルス】	32	たけのこ(水煮缶詰)	
赤みそ		【具だくさんみそ汁】		うすくちしょうゆ		はくさい		カリフラワー		にんじん	
かたくり粉		★木綿豆腐		本みりん		ごぼう		だいこん		干し椎茸	
ごま(いり)		カットわかめ		食塩		だいこん葉(乾燥)		にんじん		綿実油	
綿実油		じゃがいも		酒		干し椎茸		食塩		中華だし	
【紅白なます】	26	えのきたけ		昆布だし		赤みそ		白こしょう		上白糖	
だいこん		こまつな		削り節		白みそ		上白糖		こいくちしょうゆ	
にんじん		えのきたけ		水		昆布だし		りんご酢		トマトケチャップ	
食塩		キャベツ		【キャベツのひじきドレッシング】	33	削り節		うすくちしょうゆ		米酢	
米酢		赤みそ		キャベツ		水		綿実油		水	
上白糖		白みそ		干ひじき(ステンレス釜、乾)		【ぶどうゼリー】	28	【ぶどうゼリー】	28	【白菜と春雨のスープ】	69
うすくちしょうゆ		りしりこんぶ(素干し)		玉葱		【牛ひじきそばろ】	52	ぶどうゼリー		鶏ひき肉	
【ぞう煮】	151	削り節		上白糖		牛ひき肉				★豆腐(冷)	
鶏肉		水		食塩		酒				はくさい	
白玉だんご		【ミニフィッシュ】	16	米酢		干ひじき(ステンレス釜、乾)				緑豆はるさめ	
さといも		ミニフィッシュ		うすくちしょうゆ		しそ葉				カットわかめ	
雑煮だいこん				綿実油		綿実油				ごま油	
京人参		ミニフィッシュ:カタクチイワシ、砂糖、でんぶん糖、ゴマ、食塩				上白糖				食塩	
根みつば						うすくちしょうゆ				白こしょう	
白みそ						本みりん				中華だし	
赤みそ						水				うすくちしょうゆ	
昆布だし										本みりん	
削り節										鳥がらだし	
水											
しょうがつ お正月 献立		高等部さんが 考えてくれた みそ汁献立		高等部 リクエスト献立 - 牛ひじきそばろ -							
	821		697		731		808		789		763

2024年 1月18日(木)		2024年 1月19日(金)		2024年 1月22日(月)		2024年 1月23日(火)		2024年 1月24日(水)		2024年 1月25日(木)		
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】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	【牛乳】 ★牛乳	126	
【黒糖パン】 ★黒糖パン	344	【ごはん】 おおさかさんまい	313	【はいがごはん】 はいがまい	313	【大山おこわ】 もち米	368	【はいがごはん】 はいがまい	313	【じゃじゃ麺】 うどん(ゆで)	398	
【鶏肉のハニーマスタード焼き】 鶏肉 白ワイン 食塩 白こしょう 薄力粉 綿実油 粒入りマスタード はちみつ こいくちしょうゆ 水 玉葱	134	【鯖の味噌煮】 まさば 淡色辛みそ しょうが 上白糖 黒砂糖 酒 本みりん こいくちしょうゆ 水	183	【十和田バラ焼き】 牛ばら肉 玉葱 にんじん 青ピーマン 綿実油 りんごピューレ こいくちしょうゆ 本みりん 三温糖 酒 はちみつ ごま油	280	はいがまい 鶏肉 つきこんにやく ちくわ たけのこ ごぼう にんじん 干し椎茸 さんどまめ(冷凍) うすくちしょうゆ 本みりん 酒 削り節	280	【鶏天】 鶏肉 酒 食塩 黒こしょう ★てんぷら粉 水 なたね油 だいこんおろし(冷) こいくちしょうゆ 本みりん	275	【小松菜のおひたし】 こまつな キャベツ にんじん かつお昆布だし 酒 うすくちしょうゆ 上白糖 食塩	20	三温糖 食塩 鳥がらだし かたくり粉 水
【三度豆とツナのサラダ】 さんどまめ(冷凍) 玉葱 まぐる缶詰(油漬フレーライト) 上白糖 食塩 白ワインビネガー うすくちしょうゆ 綿実油	47	酒 上白糖 こいくちしょうゆ 水		【けの汁】 だいこん にんじん 生ぜんまい(ゆで) ごぼう 金時豆(ゆで)	80	【じゃぶ】 豚肉 ★木綿豆腐 ★油揚げ ぶなしめじ はくさい にんじん こまつな だいこん 白ねぎ 酒	122	こまつな キャベツ にんじん かつお昆布だし 酒 うすくちしょうゆ 上白糖 食塩		【すまし汁】 焼き抜きかまぼこ えのきたけ 玉葱 にんじん こまつな カットわかめ うすくちしょうゆ 食塩 本みりん かたくり粉 削り節 水	54	
【冬野菜のポトフ】 ウィンナー だいこん じゃがいも 玉葱 にんじん はくさい ブロッコリー(冷凍) 白ワイン 鳥がらだし うすくちしょうゆ 本みりん コンソメ(粉末) 水	93	鶏肉 かたくり粉 ★木綿豆腐 だいこん にんじん さといも 白ねぎ 板こんにやく ごぼう 綿実油 食塩 うすくちしょうゆ 昆布だし 削り節 水		赤みそ 昆布だし 削り節 水 ソフトクリームヨーグルト:乳製品(国内製造、アメリカ製造、その他)、砂糖・異性化液糖、砂糖、インマルトオリゴ糖シロップ、難消化性デキストリン(食物繊維)、ミルルクアルシウム、乳たんばく、寒天ノ増粘多糖類、香料		こいくちしょうゆ 三温糖 食塩 かつおだし 昆布だし 水 【梅肉和え】 きゅうり キャベツ 梅びしお 上白糖 本みりん かつおぶし(粉末) 【ソフトクリームヨーグルト】 ★ソフトクリームヨーグルト	18	【だんご汁】 豚肉 ごぼう さといも(冷凍) 干し椎茸 平麺 はくさい だいこん 白ねぎ 赤みそ 白みそ 煮干しだし 昆布だし 削り節 水	124	【黒糖むしケーキ】 ★黒糖むしケーキ	65	
	744		745		799		716		858		643	
				給食週間 郷土料理 一青森県		給食週間 郷土料理 一鳥取県		給食週間 郷土料理 一大分県		給食週間 郷土料理 一岩手県		





2024年1月26日(金)		2024年1月29日(月)		2024年1月30日(火)		2024年1月31日(水)	
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
^{ぎゅうにゅう} 【牛乳】	126	^{ぎゅうにゅう} 【牛乳】	126	^{ぎゅうにゅう} 【牛乳】	126	^{ぎゅうにゅう} 【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
^{のさわな} 【野沢菜丼】	423	^{はいがごはん} 【はいがごはん】	313	^{れんにゅう} 【練乳ツイスト】	344	^{はいがごはん} 【はいがごはん】	313
はいがまい		はいがまい		★練乳ツイストパン		はいがまい	
おおむぎ(押麦)		^{さわら} 【鯖の幽庵焼き】	145	★練乳ツイストパン	195	^{まいぼー豆腐} 【麻婆豆腐】	222
のさわな(塩漬)		さわら		^{ヤンソンさんの誘惑(ポテグラタン)}		★豆腐(冷)	
豚ひき肉		ゆず(果汁、生)		いわし(缶詰、アンチョビ)		豚ひき肉	
こいくちしょうゆ		こいくちしょうゆ		じゃがいも		玉葱	
ごま(いり)		酒		玉葱		にら	
食塩		本みりん		マッシュルーム(水煮缶詰)		たけのこ(水煮缶詰)	
綿実油		^{きりほし} 【切干し大根の炒め煮】	60	綿実油		白ねぎ	
【かす汁】	113	さつまあげ		白ワイン		干し椎茸	
しろさけ		切干しだいこん		食塩		しょうが	
さといも		にんじん		黒こしょう		にんにく	
板こんにゃく		さんどまめ(冷凍)		★豆乳クリーム		綿実油	
★油揚げ		綿実油		★豆乳		八丁味噌	
だいこん		上白糖		★豆乳シュレッドチーズ		テンメンジャン	
ごぼう		黒砂糖		パン粉(乾燥)		酒	
にんじん		本みりん		オリーブ油		上白糖	
葉ねぎ		うすくちしょうゆ		^{むぎい} 【麦入り野菜スープ】	57	こいくちしょうゆ	
酒かすペースト		こいくちしょうゆ		おおむぎ(押麦)		トウバンジャン	
食塩		削り節・昆布だし		ショルダーベーコン		ごま油	
うすくちしょうゆ		^{やさい} 【野菜たっぷりおいしいみそ汁】	77	にんじん		かたくり粉	
白みそ				キャベツ		水	
赤みそ		★油揚げ		はくさい		^{わかめスープ} 【わかめスープ】	48
りしりこんぶ(素干し)		玉葱		セロリー		鶏肉	
削り節		じゃがいも		がらスープ		カットわかめ	
水		ぶなしめじ		オリーブ油		チンゲンツァイ	
^{レタスときゅうり} 【レタスときゅうりのサラダ】	50	はくさい		食塩		じゃがいも	
きゅうり		葉ねぎ		白こしょう		玉葱	
にんじん		赤みそ		本みりん		にんじん	
とうもろこし		白みそ		うすくちしょうゆ		食塩	
レタス		昆布だし		かたくり粉		白こしょう	
糸かまぼこ		削り節		水		うすくちしょうゆ	
綿実油		水		^{みかん} 【みかん(かんづめ)】	40	本みりん	
りんご酢				みかん(缶詰)		鳥がらだし	
食塩						水	
三温糖							
^{きょうしゅうかん} 給食週間		^{こうとうぶ} 高等部さんが		^{せかい} 世界の料理			
^{きょうどりょうり} 郷土料理		考えてくれた		^{りょうり} 一スウェーデン			
^{ながのけん} 一長野県		みそ汁献立					
	712		721		762		709

せかい 世界の料理 【1月30日】

スウェーデン

- ヤンソンさんの誘惑 -



ヤンソンの誘惑は、じゃがいも、玉ねぎ、アンチョビにクリームを合わせたシンプルな料理です。今回は、給食では、豆乳クリーム、豆乳、豆乳からできたチーズを使用して作ります。

ヤンソンの誘惑という名前にはいくつか由来があります。一番有名なのは、19世紀にいたエーリク・ヤンソンという宗教家の話です。絶対に肉や魚を口にしない菜食主義者の彼は、ある日このカリッと焼けた美味しそうな料理を見てこっそりと食べたという話です。



※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。

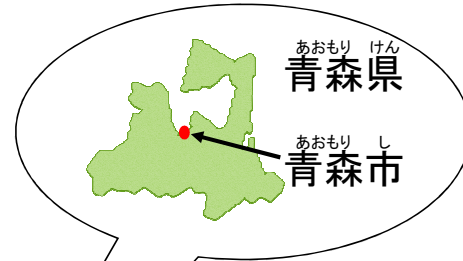
※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。

きゅうしよくしゅうかん
給食週間は

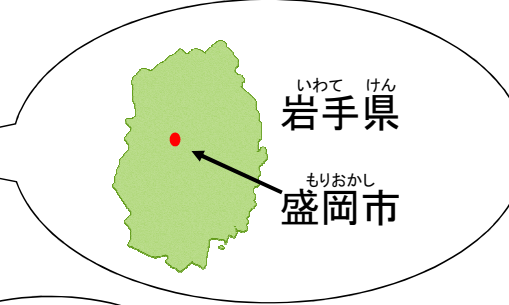
が ち に ち
【1月22日~26日】

きょうどりようり めぐ
郷土料理巡りです！

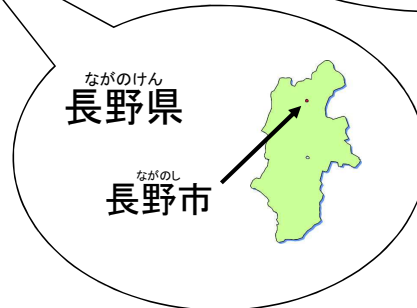
が ち に ち
【1月22日】



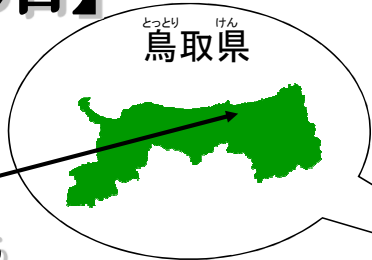
が ち に ち
【1月25日】



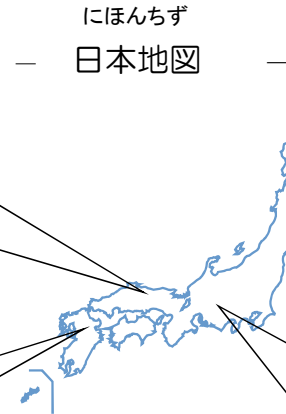
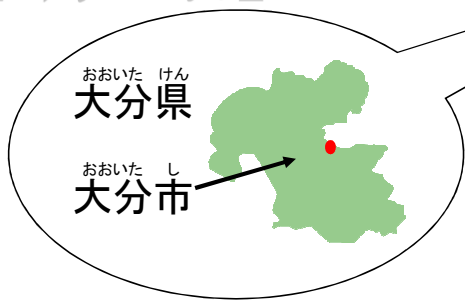
が ち に ち
【1月26日】



が ち に ち
【1月23日】



が ち に ち
【1月24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し、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。

こうとうぶ ねんせい
高等部3年生が

じゅぎょう かんが
授業で考えた

「みそ汁」が

きゅうしよく とうじょう
給食に登場します！

が ち に ち
【1月11日】

が ち に ち
【1月29日】

1月11日は高等部3年浦添さん、1月29日は高等部3年久保さんが考えてくれたみそ汁です。野菜の勉強をした後、みそ汁の名前や具材を考えてくれました。

