

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			
食塩		にんじん		酒		にんじん		にんじん		こいくちしょうゆ	
白こしょう		青ねぎ		本みりん		にんじん		セロリー		しょうが	
あおのり		糸こんにやく		【厚揚げのどろみ汁】 あつあ じる	88	ごま(ねり)		にんにく		にんにく	
白ねぎ		綿実油		豚肉		上白糖		綿実油		酒	
しょうが		上白糖		★絹厚揚げ(冷凍)		本みりん		薄力粉		かたくり粉	
にんじん		本みりん		だいこん		こいくちしょうゆ		綿実油		上新粉	
パン粉(乾燥)		食塩		にんじん		ごま(いり)		カレールー		綿実油	
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】 しる	55	ウスターソース		玉葱	
酒		こいくちしょうゆ		ほうれんそう		おつゆふ		水		青ピーマン	
こいくちしょうゆ		削り節・昆布だし		かたくり粉		りよくともやし		【だいこんとカリフラワーのピクルス】	32	ごま油	
赤みそ		【具だくさんみそ汁】 く	77	うすくちしょうゆ		はくさい		カリフラワー		たけのこ(水煮缶詰)	
かたくり粉		★木綿豆腐		本みりん		ごぼう		だいこん		にんじん	
ごま(いり)		カットわかめ		食塩		だいこん葉(乾燥)		にんじん		干し椎茸	
綿実油		じゃがいも		酒		干し椎茸		食塩		綿実油	
【紅白なます】	26	えのきたけ		昆布だし		赤みそ		白こしょう		中華だし	
だいこん		こまつな		削り節		白みそ		上白糖		上白糖	
にんじん		キャベツ		水		昆布だし		りんご酢		こいくちしょうゆ	
食塩		赤みそ		【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		トマトケチャップ	
米酢		白みそ		キャベツ		水		綿実油		米酢	
上白糖		りしりこんぶ(素干し)		干ひじき(ステンレス釜、乾)		【ぶどうゼリー】	28	水		水	
うすくちしょうゆ		削り節		玉葱		【ぶどうゼリー】	28	【ぶどうゼリー】	28	【白菜と春雨のスープ】 はくさい ほるさめ	69
【ぞう煮】	151	水		上白糖		【牛ひじきそばろ】 ぎゅう	52			鶏ひき肉	
鶏肉		【ミニフィッシュ】	16	酒		牛ひき肉				★豆腐(冷)	
白玉だんご		ミニフィッシュ		食塩		酒				はくさい	
さといも				米酢		干ひじき(ステンレス釜、乾)				緑豆はるさめ	
雑煮だいこん		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		うすくちしょうゆ		しそ葉				カットわかめ	
京人参				綿実油		綿実油				ごま油	
根みつば						上白糖				食塩	
白みそ						うすくちしょうゆ				白こしょう	
赤みそ						本みりん				中華だし	
昆布だし						水				うすくちしょうゆ	
削り節										本みりん	
水										鳥がらだし	
しょうがつ お正月 こんだて 献立		こうとうぶ 高等部さんが かんが 考えてくれた しる こんだて みそ汁献立				こうとうぶ 高等部 こんだて リクエスト献立 ぎゅう - 牛ひじきそばろ -					
	821		697		731		808		789		763

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
【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【野沢菜丼】	423	【はいがごはん】	313	【練乳ツイスト】	344	【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	145	はいがまい	
おおむぎ(押麦)		【鯖の幽庵焼き】		★練乳ツイストパン	195	【麻婆豆腐】	222
のさわな(塩漬)		さわら		【ヤンソンの誘惑(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		【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	
板こんにやく		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		【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		【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		★油揚げ		キャベツ		水	
赤みそ		玉葱		はくさい		【わかめスープ】	48
りしりこんぶ(素干し)		じゃがいも		セロリー		鶏肉	
削り節		ぶなしめじ		がらスープ		カットわかめ	
水		はくさい		オリーブ油		チンゲンツアイ	
【レタスときゅうりのサラダ】	50	葉ねぎ		食塩		じゃがいも	
きゅうり		赤みそ		白こしょう		玉葱	
にんじん		白みそ		本みりん		にんじん	
とうもろこし		昆布だし		うすくちしょうゆ		食塩	
レタス		削り節		かたくり粉		白こしょう	
糸かまぼこ		水		水		うすくちしょうゆ	
綿実油		【みかん(かんづめ)】	40	【みかん(かんづめ)】	40	本みりん	
りんご酢		みかん(缶詰)		みかん(缶詰)		鳥がらだし	
食塩						水	
三温糖							
給食週間		高等部さんが		世界の料理			
郷土料理		考えてくれた		ー スウェーデン ー			
一長野県-		みそ汁献立					
	712		721		762		709

せかい りょうり がにち 世界の料理 【1月30日】

スウェーデン



ー ヤンソンの誘惑 ー

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、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います。

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。



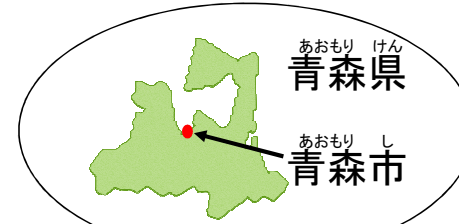
※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。

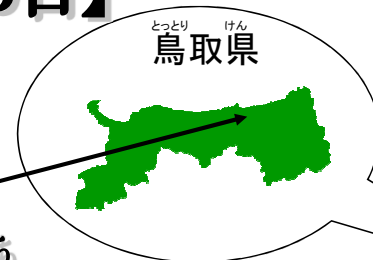
きゅうしよくしゅうかん
給食週間は 【1月22日～26日】

きょうどりょうり めぐ
郷土料理巡りです！

がつ にち
【1月22日】

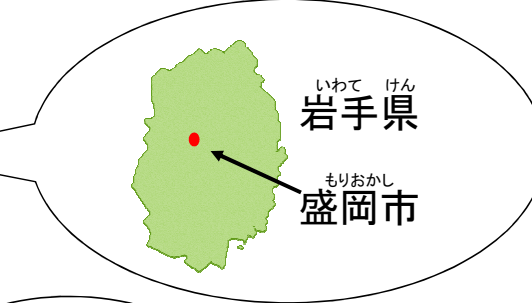


がつ にち
【1月23日】

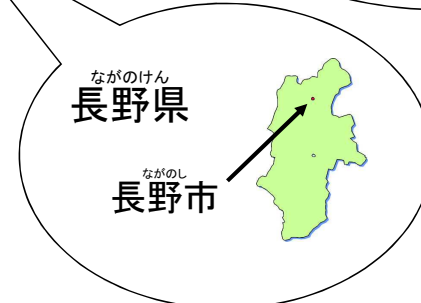
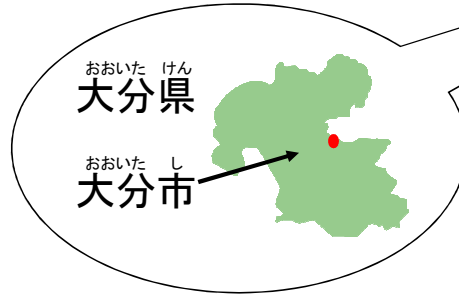


にほんちず
— 日本地図 —

がつ にち
【1月25日】



がつ にち
【1月24日】



がつ にち
【1月26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、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よう。

