

令和2年度		9月こんだてひょう		大阪府立岸和田支援学校				
日	主食 きいろ	ミルク あか	こんだてめい	きいろ ねつやちからのもと	あか からだをつくるもと	みどり からだのちょうしをととのえる	ちょうみりょう	エネルギー タンパク質 脂質
2 (水)	 カレーライス		カレーライス	あぶら じゃがいも	ぎゅうにく	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんごビューレ	ケチャップ ソース カレールウ ガラだし	725 26.7 24.6
			やさいサラダ (ゆずドレッシング)	さとう	ハム	キャベツ にんじん とうもろこし ブロッコリー (ゆずドレッシング)	しお す	
3 (木)	 さつまいもパン		なすのトマトソースいため	さとう あぶら	ベーコン	なす マッシュルーム にんにく たま ねぎ にんじん	ケチャップ ビューレ しお コンソメ ソー ス	641 25.1 20.3
			とりときのこのスープ		とりにく	しいたけ しめじ えのき キャベツ たまねぎ にんじん	ガラだし しお さけ コンソメ	
4 (金)	 はいがごはん		いなかふうに	じゃがいも さとう あぶら こんにやく	ぶたにく ちくわ やきとうふ	にんじん さやいんげん だいこん	かつおだし さけ しょうゆ みりん	644 26.8 17.7
			きりぼしだいこんのあまずづけ	ごま さとう		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	しょうゆ す	
7 (月)	 ちゅうか どんぶり		ちゅうかどんぶり	かたくりこ ごまゆ	ぶたにく	はくさい たまねぎ にんにく しょうが にんじん ビーマン ほししいたけ チンゲンサイ	ガラだし しょうゆ ちゅうかだし しお こしょう さけ	620 28.6 16.6
			ちゅうかごもくスープ	はるさめ かたくりこ	とりにく	こまつな ねぎ にんじん たまねぎ ほししいたけ	ガラだし しょうゆ さけ しお	
8 (火)	 はいがごはん		さけのスタミナてりやき	さとう	さけ	にんにく	しょうゆ みりん さけ	645 37.8 16.6
			とんじる	さといも	ぶたにく みそ とうふ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ	かつおだし さけ	
9 (水)	 ぶたどん		ぶたどん	しらたき さとう	ぶたにく	たまねぎ	かつおだし みりん しょうゆ	607 28.2 18.8
			あおなのみそしる		みそ わかめ あぶらあげ とうふ	こまつな ねぎ	かつおだし さけ	
10 (木)	 パンキンパン		にくだんごとはくさいの クリームシチュー		にくだんご	たまねぎ にんじん はくさい とうもろこし	ガラだし しお コンソメ ホワイト シチューのもと	534 20.7 16.6
			マリネサラダ	さとう オリーブゆ		キャベツ にんじん たまねぎ きゅうり	す しょうゆ しお	
11 (金)	 はいがごはん		さばのごまみそやき	さとう ごま	さば みそ		さけ	636 29.2 23.4
			すましじる			はくさい こまつな えのき	かつおこんぶだし しょうゆ みりん	
			のりつくだに		のりつくだに		かつおこんぶだし しょうゆ みりん	
14 (月)	 はいがごはん		ちくぜんに	さといも こんにやく さとう	とりにく ちくわ	ごぼう たまねぎ にんじん だいこん しいたけ	かつおだし さけ しょうゆ みりん	571 25.1 12.7
			さやいんげんのごまあえ	ごま さとう		さやいんげん	しょうゆ	

＊献立は材料購入の都合により多少変更することがあります。

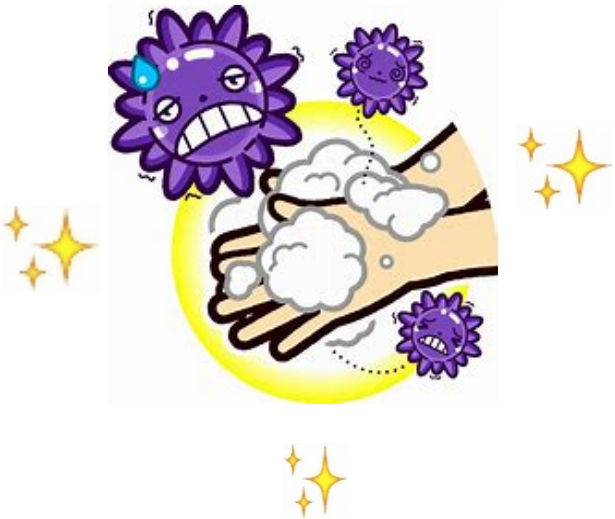
9月2日（水）
「給食が始まります！！」

この度、2学期より段階食の種類を変更しました。

- ・初期食（ペースト）
- ・中期食（極みじん）
- ・後期食（やわらか）です。

食事形態変更のご希望がございましたら、担任までお
知らせください。

また、給食を食べる前には、せっけんでしっ
かりと手洗いをするようにしましょう。



令和2年度 9月こんだてひょう								
日	主食 きいろ	ミルク あか	こんだてめい	きいろ ねつやちからのもと	あか からだをつくるもと	みどり からだのちょうしをととのえる	ちょうみりょう	エネルギー タンパク質 脂質
15 (火)	 ハヤシライス		ハヤシライス	あぶら じゃがいも	ぎゅうにく	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマトかん	ケチャップ ソース ハヤシルウ がうだし	748 23.1 23.3
			ブロッコリーのサラダ (ごまドレッシング)	さとう		ブロッコリー キャベツ とうもろこし にんじん (ごまドレッシング)	しお す	
			ブルーベリーゼリー			ブルーベリーゼリー		
16 (水)	 とうふのあん かけごはん		とうふのあんかけごはん	かたくりこ	とりにく とうふ	しいたけ にんじん しょうが ほうれんそう	かつおだし みりん しょうゆ	571 25.1 13.7
			じゃがいものみそしる	じゃがいも	みそ わかめ	こまつな ねぎ	かつおだし さけ	
17 (木)	 しよくばん (いちごジャム)		とりとさつまいものカレーに	さつまいも さとう	とりにく	たまねぎ にんじん にんにく しめじ ねぎ トマトかん しょうが	コンソメ カレーコ ソース	618 24.2 15.0
			はるさめのあえもの	はるさめ さとう	わかめ	キャベツ にんじん	しお	
			(いちごジャム)			(いちごジャム)		
18 (金)	 ツナピラフ		ツナピラフ	オリーブゆ	ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン	コンソメ しお ワイン しょうゆ	532 21.0 13.5
			ウインナーとやさいの とうにゅうチャウダー	コーンスターチ	ウインナー とうにゅう	チンゲンサイ にんじん たまねぎ とうもろこし	がうだし コンソメ しお	
23 (水)	 マーボーどうふ どんぶり		マーボーどうふどんぶり	ごまゆ かたくりこ さとう	ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが	トウバンジャン しょうゆ かきゆ ちゅうかだし さけ	675 33.5 20.0
			はくさいキムチスープ	はるさめ かたくりこ	ぶたにく わかめ	はくさいキムチ はくさい にんじん チンゲンサイ	がうだし しょうゆ さけ しお	
24 (木)	 アップルパン	 のむ ヨーグルト	ザンギ	あぶら かたくりこ	とりにく	しょうが にんにく	しお しょうゆ	715 30.8 16.5
			そえやさい			ブロッコリーとうもろこし	しお こしょう	
			しるビーフン	ビーフン ごまゆ	ハム	にんじん たまねぎ しょうが たけのこ ねぎ チンゲンサイ	ちゅうかだし しょうゆ さけ	
25 (金)	 はいがごはん		たらのやさいあんかけ	かたくりこ	たら	ほうれんそう はくさい ほしいいたけ にんじん たまねぎ ねぎ しょうが	かつおだし しょう ゆ みりん	513 26.2 10.1
			とうふときのこのすましじる	さといも	とうふ	だいこん にんじん ごぼう こまつな ねぎ	かつおこんぶだし しょうゆ みりん さけ	
28 (月)	 はいがごはん		あつあげときのこのみそに	さとう あぶら	ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ にんじん しめじ しいたけ こまつな	かつおだし さけ しょうゆ みりん	620 25.2 17.9
			やきかぼちゃ			かぼちゃ	しお	
29 (火)	 パインパン		とりにくのトマトソースに	じゃがいも コーンスターチ	とりにく	たまねぎ にんじん セロリー にんにく マッシュルーム とうもろこし トマトかん	ケチャップ ソース がうだし ビューレ ワイン しおこしょ う	655 30.6 18.0
			ハムときのこのスープ		ハム わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ えのき しめじ		
30 (水)	 きつねどんぶり		きつねどんぶり	さとう かたくりこ	とりにく あぶらあげ	たまねぎ ねぎ	かつおだし みり ん しょうゆ	548 24.6 15.2
			こまつなのおろしあえ		しおこんぶ	キャベツ にんじん	かつおだし みりん	

9月24日（木）

きょうどりょうり ほっかいどう
郷土料理 北海道

「ザンギ（とりにくのからあげ）」

「ザンギ」は北海道の釧路発祥の、醤油・にんにく・しょうがで味付けしたから揚げの一種です。
「鶏のからあげ」よりも味が濃いとされています。



アレルギー除去食について

9月は、卵・乳・小麦・えびを使用した
献立はありません。
(※醤油などの調味料を除く。)