

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	ちょうみりよう	エネルギー タンパク質 脂質
3 (月)	 ごもくちらしずし	 ぎゅうにゅう	ごもくちらしずし	行事食	さとう	こうやどうふ きざみ のり あぶらあげ	ほしいたけ にんじん さやいんげん	かつおこんぶだし しお みりん す しょうゆ	514 20.1 14.4
			すましじる			とうふ	にんじん しめじ ねぎ はくさい	かつおこんぶだし さけ みりん しょうゆ	
4 (火)	 せきはん	 ぎゅうにゅう	せきはん	卒業 のお祝い 献立	もちごめ あずき			しお	546 28.5 15.9
			さわらのゆずしおこうじやき			さわら	ゆずかじゅう	しおこうじ さけ	
			みそけんちんじる		さといも	とうふ みそ	こまつな しいたけ だいこん にんじ ん	かつおだし さけ	
5 (水)	 ごはん	 のむ ヨーグルト	キーマカレー		あぶら	ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	ガラだし ソース カレールウ ケチャップ	616 21.9 15.6
			だいこんサラダ		さとう	わかめ	だいこん にんじん	す しょうゆ	
6 (木)	 はちみつパン (はんりょう)	 ぎゅうにゅう	スパゲティナポリタン	小6 リクエスト	あぶら スパゲティ	ウインナー	ピーマン たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム	ワイン ケチャップ ビュール コンソメ しお	543 22.8 15.6
			やさいスープ		じゃがいも	とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー	がうだし さけ し お	
			プリン(卵乳大豆不使用)		プリン	中3、小6 リクエスト			
7 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	あつあげのオイスターいため		かたくりこ あぶら	あつあげ ぶたにく	チンゲンサイ にんじん エリンギ たまねぎ しょうが にんにく	がらだし しょうゆ オイスターソース ちゅうかだし さけ	593 28.4 18.3
			ビーフンスープ		ビーフン		にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが たけのこ ほしいたけ	ちゅうかだし しお しょうゆ こしょう	
10 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	かんこくふうすきやき		さとう ごまあぶら しらたき ごま	ぶたにく とうふ	はくさい にんじん ねぎ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ さけ コチュジャン	618 28.5 18.7
			はるさめのあえもの		はるさめ さとう ごまあぶら	わかめ	キャベツ にんじん	がうだし しょうゆ さけ しお	

* 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。

3月3日(月)

ぎょうじしょく
行事食

「ひなまつり」

3月3日はひな祭りです。起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けを願うための節句が始まりとされています。また、「桃」は昔から邪気をはらうとして、縁起が良いとされてきました。このことから、「桃の節句」と呼ばれ女の子の日として親しまれるようになりました。

給食では、
「ごもくちらし寿司」と
「すましじる」がです。

お楽しみに♪



3月4日(火)

そつぎょう いわ こんだて
「卒業のお祝い献立」

3月4日(火)の給食は小学部6年生・中学部3年生・高等部3年生のみなさんの卒業をお祝いして、お赤飯を炊きます。

お赤飯は昔、赤い色は災いを避けると言われていたことから、お祝いの席で食べられてきました。また、鱈は春を告げる祝い魚として、昔から食べられています。



令和6年度

3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	ちょうみりよう	エネルギー タンパク質 脂質
11 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	てづくりミートローフ	パンこ あぶら	ぶたにく ぎゅうにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	しお こしょう ナツメグ ケチャップ ソース	585 26.3 20.2
			とりときのこのスープ	高3 リクエスト	とりにく わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ えのき しめじ	がうだし さけ コンソメ しお しょうゆ	
12 (水)	 ぶたどん	 ぎゅうにゅう	ぶたどん	しらたき さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん	かつおだし みりん しょうゆ	577 27.1 18.2
			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	
13 (木)	 しょくパン	 ぎゅうにゅう	とりにくのからあげ	あぶら かたくりこ さとう	とりにく	しょうが にんにく	さけ しょうゆ しお	567 33.6 23.0
			ハムとはくさいのスープ	小6、中3 リクエスト	ハム	はくさい たまねぎ にんじん しいたけ えのき しめじ	がうだし さけ しょうゆ しお ワイン	
			りんごジャム	りんごジャム				
18 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	さばのごまみそやき	さとう ごま	さば みそ		さけ	582 27.9 22.1
			すましじる	かたくりこ	とうふ	はくさい こまつな えのき	かつおこんぶだし みりん しょうゆ	
19 (水)	 マーボーどうふ どんぶり	 のむ ヨーグルト	マーボーどうふどんぶり	ごまあぶら 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 しょうが にんにく	トウバンジャン しょうゆ さけ オイスター ちゅうかだし	631 28.1 14.0
			ちゅうかごもくスープ	はるさめ かたくりこ	とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ はくさい	がうだし しょうゆ さけ しお	
21 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	はっぼうさい	さとう ごまあぶら かたくりこ	ぶたにく	はくさい たまねぎ にんじん しょうが ピーマン ほししいたけ たけのこ	ちゅうかだし さけ しょうゆ	583 22.9 14.6
			はるさめのあえもの	はるさめ さとう ごまあぶら	わかめ	キャベツ にんじん	しょうゆ す	

* 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。

☆卒業生リクエストメニュー☆

小学部6年生・中学部3年生・高等部3年生のみなさんに、卒業までに食べたい給食メニューをリクエストしてもらいました。

高等部3年生のみなさんは給食を食べるのもあとわずかですね。友達や先生と楽しい給食時間を過ごしてください。

●小学部・・・ナポリタン、からあげ、プリン

●中学部・・・からあげ、プリン

●高等部・・・白飯、ミートローフ



【給食室からみなさんへ】

ご卒業、ご進学おめでとうございます。

どのクラスでも、できるだけ残さないようにと一生懸命に食べてくれていました。いつも美味しそうに給食を食べてくれて、嬉しかったです。

調理員さん達も、喜んでいました。ありがとうございました。

給食は、みなさんの成長を考えて栄養バランスがととのった献立を考えています。また、行事食や旬の食材、地域の食材などを取り入れてきました。これからも、健康な体は毎日の食事から作られていることを忘れずに、今まで学んだことや、給食の献立を参考にして、栄養バランスのよい食事を心がけてください。

