

令和7年度			6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
3 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	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	627 36.7 16.0
			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	
4 (水)	 ガパオライス ふう	 ぎゅうにゅう	ガパオライスふう	料理 世界の	さとう かたくりこ あぶら	とりにく	にんじん たまねぎ ピーマン あかピーマン バジル	ナンプラー みりん オイスターソース しょうゆ しおこしょう	617 25.9 17.9
			ビーフンスープ		ビーフン ごまあぶら	ハム	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが チンゲンサイ にんにく	ガラだし しょうゆ しおこしょう	
5 (木)	 ロールパン 1こ	 ぎゅうにゅう	ペンネボロネーゼ		マカロニ オリーブオイル	ぶたにく ぎゅうにく	にんじん たまねぎ にんにく セロリ トマトかん	コンソメ ケチャップ ビューレ ソース しお こしょう	570 30.7 21.0
			レタススープ			とりにく	レタス たまねぎ にんじん エリンギ とうもろこし	コンソメ しお しょう ゆ みりん こしょう	
6 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	いりどうふ		さとう かたくりこ	ぶたにく たまご とうふ	たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん	かつおだし さけ しょうゆ	652 36.3 20.4
			はくさいとささみのゆずふうみ		さとう	とりにく	はくさい にんじん しめじ ゆずかじゅう	かつおだし さけ しょうゆ	
			のりのつくだに			のりのつくだに			
9 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	とりとがんものにももの		さとう こんにやく	がんもどき とりにく	にんじん たまねぎ だいこん	かつおだし さけ みりん しょうゆ	600 27.6 17.0
			みそけんちんじる		さといも	とうふ みそ	にんじん しいたけ こまつな ごぼう	かつおだし さけ	
10 (火)	 ツナピラフ	 のむ ヨーグルト	ツナピラフ		オリーブオイル	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 ガラだし	544 19.0 7.3
			ミネストローネ		じゃがいも	ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ にんにく パセリ とうもろこし マッシュルーム トマトかん	ビューレ ガラだし ワ イン しお こしょう ソ ース	
11 (水)	 とうふのあん かけごはん	 ぎゅうにゅう	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 たまねぎ	かつおだし みりん しょうゆ	533 23.8 13.1
			じゃがいものみそしる		じゃがいも	わかめ みそ	ねぎ こまつな	かつおだし さけ	
13 (金)	 ぶたキムチ どんぶり	 ぎゅうにゅう	ぶたキムチどんぶり		さとう ごま かたくりこ	ぶたにく	はくさい はくさいキムチ にんじん にら ほししいたけ にんにく ピーマン	ガラだし しょうゆ コチュジャン オイスターソース ちゅうかだし	548 25.4 15.9
			かんこくふうサラダ		ごまあぶら さとう		キャベツ にんじん にんにく きゅうり	す しょうゆ	
16 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	とうふのごもくに		さとう	とうふ とりにく	たまねぎ にんじん はくさい ほししいたけ しょうが ねぎ	かつおだし さけ みりん しょうゆ	578 23.6 14.7
			かぼちゃのみそしる			あぶらあげ わかめ みそ	かぼちゃ たまねぎ ねぎ	かつおだし さけ	

*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。

せっ　て　あら
石けんで手を洗おう！

給食を食べる前や、トイレの後、せきをした後、
鼻をかんだ後などには必ずせっけんでいねいに
手を洗いましょう。

<洗い残しが多い箇所に気を付けよう！>

- ① 指先
- ② 指と指の間
- ③ 手のひらのシワ
- ④ 親指のまわり
- ⑤ 手首



6月4日（水）世界の料理
タイ料理 ガパオライス

「ガパオライス」を日本語で言うと、「バジル炒め
ご飯」のこと。粗くみじん切りにした肉類などと、
バジルの一種を、オイスターソースやナンプラーな
どの調味料で炒めたもの。ごはんと一緒に盛りつけ
目玉焼きを添えることが多いです。タイでは馴染み
深い一般的なお料理です。（※給食では食べやすい
ようにとろみをつけています。目玉焼きは付きませ
ん。）



令和7年度 6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	ちょうみりよう エネルギー タンパク質 脂質	
17 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	ちゅうかふうにくじゃが		じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ しょうが さやいんげん	がうだし ちしょうゆ オイスターソース みりん	613 24.8
			はるさめのあえもの		はるさめ さとう ごまあぶら		キャベツ にんじん	す しょうゆ	15.6
18 (水)	 あぶらあげと ぶたにくのたま ごどんぶり	 ぎゅうにゅう	あぶらあげとぶたにくの たまごどんぶり		さとう	ぶたにく たまご あぶらあげ	キャベツ たまねぎ しょうが	かつおだし しお しょうゆ みりん	622 29.9
			よしのじる		さといも かたくりこ	とうふ わかめ	ほししいたけ にんじん こまつな	かつおこんぶだし しょうゆ さけ しお みりん	20.7
19 (木)	 アップルパン	 ぎゅうにゅう	しろみざかなのぱんこ やきラタウイユソース	世界の 料理	パンこ さとう オリーブオイル	たら	なす ブッキーニ あかピーマン トマトかん にんにく	ソース ケチャップ コンソメ	643 30.8
			オニオンスープ		さとう		たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	がうだし しょうゆ しお こしょう コンソメ	17.8
20 (金)	 キーマカレー	 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	がうだし ソース カレールウ ケチャップ	661 22.0
			やさいサラダ (ごまドレッシング)		ごまドレッシング		キャベツ にんじん ブロッコリー とうもろこし	しお	20.0
23 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	キャベツメンチカツ (ソース)			キャベツメンチカツ		ソース	637 27.3
			とりときのこのスープ			とりにく	はくさい にんじん しめじ えのき こまつな ほししいたけ	がうだし さけ しょうゆ	22.5
24 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	ちくぜんに		さといも こんにゃく	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	599 26.5 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	
			やさいゼリー				やさいゼリー		
25 (水)	 マーボーどうふ どんぶり	 ぎゅうにゅう	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 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	629 29.8
			はるさめスープ		はるさめ かたくりこ	とりにく わかめ	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	20.2
26 (木)	 うずまき パン	 ぎゅうにゅう	かぼちゃのシチュー		コーンスターチ	とりにく	かぼちゃ にんじん たまねぎ にんにく さやいんげん マッシュルーム	がうだし しお ワイ ン コンソメ ホワイ トシチューのもと	652 29.1 19.0
			マリネサラダ		さとう オリーブオイル	ハム	キャベツ あかピーマン たまねぎ さやいんげん	す しょうゆ	
			いちごジャム		いちごジャム				
27 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	あじのやきなんばん		さとう ごまあぶら	あじ	たまねぎ にんじん ピーマン きピーマン しょうが	かつおだし す みりん しょうゆ	579 28.8
			けんちんじる		さといも	とうふ	だいこん にんじん ごぼう こまつな しいたけ	かつおこんぶだし さけ しょうゆ みりん	13.9
30 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	にくだんごのあまずに		ごまあぶら じゃがいも さとう かたくりこ	にくだんご	にんじん たけのこ ピーマン ほししいたけ たまねぎ	ちゅうかだし す しょうゆ ケチャップ	581 21.2
			ちゅうかふうコーンスープ		ごまあぶら	ハム	たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ	がうだし さけ しお しょうゆ ちゅうかだし	14.3

こんだて ざいりょうこうにゆう つごう たしやう へんこう
*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。

せかいりょうり

6月19日（木）世界の料理

フランス

ラタトゥイユ

「ラタトゥイユ」はフランス南部プロヴァンス地方、ニースの郷土料理で夏野菜の煮込みです。

ズッキーニ、ナス、ピーマン、トマトなどが入っています。そのまま食べたり、パンにそえたり、パスタソースにしたりして食べられています。（給食では白身魚のパン粉焼きと一緒にいただきます。）




ちょうりいんまいにち

調理員も毎日こまめに『手洗い消毒』を実施し、安心安全な給食を提供できるように努めています。

