

令和7年度1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
9 (金)	 ハヤシライス	 のむ ヨーグルト	ハヤシライス	じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにく	たまねぎ にんじん にんにく トマトかん マッシュルーム	ガラダシ ワイン ケチャップ ハヤシルウ	728
			はくさいのサラダ (げんえんわふうドレッシング)	げんえんわふうドレッシ ング	ツナ	はくさい こまつな とうもろこし		27.5 21.9
13 (火)	 せきはん	 ぎゅうにゅう	せきはん	もちごめ あずき			しお	666 32.0 21.7
			ぶりのてりやき	さとう かたくりこ	ぶり		しょうゆ さけ	
			にしめ	さとう		たけのこ 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 みりん	
			きんときになんじんの こうはくおぞうに	さといも	みそ	だいこん にんじん みつば	かつおだし さけ	
14 (水)	 ちゅうかどん	 ぎゅうにゅう	ちゅうかどん	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 ピーマン ほししいたけ チンゲンサイ にんにく しょうが	ちゅうかだし さけ しょうゆ	624
			はるさめのちゅうかあえ	はるさめ さとう ごまあぶら	わかめ	キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ す	25.8 16.4
15 (木)	 (りんごジャム)	 ぎゅうにゅう	とりにくのしおこうじやき		とりにく		しおこうじ しお さけ	594 36.8 19.9
			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	ビュレ ガラダシ ワイン しお こしょう ソース	
			みかんかん			みかんかん		
			(りんごジャム)	りんごジャム				
16 (金)	 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	551
			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	25.2 12.4
19 (月)	 ツナピラフ	 ぎゅうにゅう	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 ガラダシ	580
			やさいのチャウダー	コーンスターチ	ウインナー ぎゅうにゅう	チンゲンサイ にんじん たまねぎ とうもろこし	かうだし コンソメ しお しょうゆ	22.2
			ソファールヨーグルト		ソファールヨーグルト			14.0
20 (火)	 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	648
			ビーフンスープ	ビーフン	とりにく	にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが たけのこ ほししいたけ	ちゅうかだし しお しょうゆ こしょう	32.0 19.8
21 (水)	 カレーライス	 のむ ヨーグルト	カレーライス	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 しょうが りんごビュレ	カレールー ソース しお ケチャップ	746
			コールスロー (ごまドレッシング)	ごまドレッシング	ハム	キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし		28.1 23.3

こんだて ざいりょうこうにゅう つごう たしょう 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。

しんねん あ  
新年明けましておめでとうございます

あたらし とし むかえ き も あらし さんがつき  
新しい年を迎え、気持ちも新たに三学期がスタート  
しました。今年も安全で安心、そしておいしい給食を  
作っていきますので、よろしくおねがいいたします。




ぎょうじしよく しょうがつ  
行事食 (お正月)

しょうがつ た いわ りょうり  
お正月に食べるお祝い料理を「おせち」料理といい  
ます。それぞれの料理には、あたらし とし こ ねが  
がこもっています。さらにお正月は台所仕事をひと  
やすみして、かぞくでなるべくゆっくりしたいという意味  
もあり、あたた 温めなおさないで食べられ、ひ も りょうり  
が多いです。給食ではそのいちぶを紹介しします。

ぶり・・・しゅっせうお せいちょう  
出世魚（成長するにつれて呼び名が変わる  
さかな 魚）なので、しゅっせ ねが  
ぶり・・・いづくかのやさいをいっしょに煮ることから、  
かぞく なかよ むす  
家族が仲良く結ばれるという意味があります。

1月22日は、カレーの日




「カレーの日」の由来は、1982年の1月22日に、  
ぜんこくがっこうえいようしきぎょうきかい がっこうきゅうしよくかいし しゅうねん きねん  
全国学校栄養士協議会が学校給食開始35周年を記念  
し、ぜんこくの学校給食でカレーの提供を呼びかけたこと  
をきっかけに、ぜんにっぽん ぜんにっぽん こうぎょうきょうどうくみあい  
全日本カレー工業協同組合が1月22  
日を「カレーの日」ときだめたそうです。


きゅうしよく ようび つごう  
給食では、曜日の都合により、1月21日（水）に  
カレーライスがでます。おたのしみに♪

令和7年度			1月こんだてひょう			大阪府立岸和田支援学校			
日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質	
	きいろ	あか		ねつやちからのもと	からだをつくるもと	からだのちようしをととのえる			
22 (木)	 はちみつパン (はんりよう)	 ぎゅうにゅう	スパゲティナポリタン	あぶら スパゲティ	ベーコン	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 ビュレ コンソメ しお	577 22.6 16.5	
			ポトフ		ウィンナー	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ブロッコリー	かうだし さけ しお		
			やさいゼリー			やさいゼリー			
23 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	さばのたつたあげ	かたくりこ あぶら	さば	しょうが	さけ みりん さけ しょうゆ	711 30.1 30.4	
			こまつなのおひたし	さとう ごま		こまつな にんじん	みりん しょうゆ		
			きのこのみそしる		とうふ みそ	えのき しめじ まいたけ ねぎ	さけ		
全国学校給食週間特別献立 1月26日(月)～1月30日(金)									
26 (月)	 タコライスふう	 ぎゅうにゅう	タコライス	沖縄 県	あぶら	ぎゅうにく ぶたにく こなチーズ	たまねぎ にんじん にんにく トマトかん	618 26.5 22.5	
			そえやさい				キャベツ にんじん		しお
			もずくじる			もずく とうふ	みつば えのき にんじん		かつおこんぶだし しょうゆ しお さ け
27 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	いもに	山形 県	さといも さとう こんにゃく	ぎゅうにく	にんじん ねぎ まいたけ ごぼう	674 27.2 20.8	
			きりぼしだいこんの ごまずあえ		さとう ごま	わかめ	きりぼしだいこん さやいんげん にんじん ほししいたけ		さけ しょうゆ す
28 (水)	 おびひろふう ぶたどん	 ぎゅうにゅう	おびひろふうぶたどん	北海 道	あぶら さとう	ぶたにく	たまねぎ	665 37.1 20.5	
			いしかりじる		じゃがいも こんにゃく	さけ とうふ みそ	はくさい だいこん にんじん ねぎ		かつおだし さけ みりん
29 (木)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	けいちゃんやき	岐阜 県	あぶら	とりにく みそ	たまねぎ にんじん ニラ ほししいたけ キャベツ にんにく しょうが	564 26.4 13.6	
			のっぺいじる		かたくりこ	とうふ	だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ		かつおこんぶだし さけ みりん しょうゆ
			のりかつおふりかけ			のりかつおふりかけ			
			プリン(卵・乳・大豆不使用)		プリン(卵・乳・大豆不使用)				
30 (金)	 どんどろけめし	 ぎゅうにゅう	どんどろけめし (とうふいりかやくごはん)	鳥取 県	あぶら	とうふ あぶらあげ	にんじん ほししいたけ	648 33.2 21.3	
			さわらのてりやき			さわら			しょうゆ みりん さけ
			こんさいのみそしる		さといも	とうふ みそ	ごぼう にんじん だいこん はくさい こまつな		かつおだし さけ

こんだて ざいりょうこうにゅう 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。




ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん  
全国学校給食週間



本校では1月26日(月)～30日(金)まで、学校給食週間特別献立を行います。今年のテーマは「日本の各地の郷土料理を知ろう!!」です。

1月26日(月) 沖縄県(おきなわけん)




「タコライス」「もずくじる」

「タコライス」は、メキシコ風アメリカ料理のタコスの具材をご飯の上にのせた沖縄県の郷土料理です。給食では、ゆでた野菜と一緒にご飯の上にのせて食べてみてください。

また、沖縄県は、もずくの国内生産量の90%以上を占めています。今回は、「もずく汁」にさせていただきます。


1月27日(火) 山形県(やまがたけん)



「いもに」

東北では「川原などで里芋を煮て食べる」という習慣があり、なかでも山形は盛んです。「いもに」は、地域によって違いがあり、庄内地方では「豚肉・味噌味」で、内陸地方では「牛肉・しょうゆ味」となっています。


1月28日(水) 北海道(ほっかいどう)



「帯広風豚丼」「石狩汁」

「帯広風豚丼」は、北海道十勝地方の郷土料理で、甘辛いタレを付けて焼いた豚焼肉を丼飯の上にのせた丼物です。「石狩汁」は、鮭を主材料とし味噌で味付けした北海道石狩地方の郷土料理です。


1月29日(木) 岐阜県(ぎふけん)



「けいちゃんやき」

「けい(鶏)ちゃんやき」は岐阜県の山あいには伝わる、郷土料理のひとつです。鶏肉をみそやしょうゆのたれに漬けて、季節の野菜と炒めて食べる里山ならではの料理です。

1月30日(金) 鳥取県(とっとりけん)



「どんどろけめし(とうふいりかやくごはん)」

「どんどろけめし」は、油で炒めた豆腐を混ぜた炊き込みご飯です。「どんどろけ」とは県中部の方言で「雷」のことを指します。豆腐を炒めるときのバリバリという音が「雷」に似ていることからこの名前がついたと言われています。