

1月こんだてひょう

令和7年度

大阪府立岸和田支援学校

日	主食 きいろ あか	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 からだのちようしをととのえる	ちようみりょう	エネルギー タンパク質 脂質
9 (金)	ハヤシライス 	ヨーグルト  のむ ヨーグルト	ハヤシライス はくさいのサラダ (げんえんわふうドレッシング)	じやがいも 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	ガラだし ワイン ケチャップ ハヤシルウ	728 27.5 21.9
13 (火)	せきはん 	ぎゅうにく 	せきはん ぶりのてりやき にしめ きんときにんじんの こうはくおぞうに	もちごめ あずき さとう かたくりこ さとう さといも		はくさい こまつな とうもろこし	しお しょうゆ さけ かつおだし さけ かつおだし さけ	666 32.0 21.7
14 (水)	ちゅうかどん 	ぎゅうにく 	ちゅうかどん はるさめのちゅうかあえ	さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ さとう ごまあぶら	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 25.8 16.4
15 (木)	しょくパン (りんごジャム) 	ぎゅうにく 	とりにくのしおこうじやき ミネストローネ みかんかん (りんごジャム)		とりにく		しおこうじ しお さけ	594 36.8 19.9
16 (金)	ごはん 	ぎゅうにく 	ちくせんに さやいんげんのごまあえ	さといも こんにゃく ごま 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	551 25.2 12.4
19 (月)	ツナピラフ 	ぎゅうにく 	ツナピラフ やさいのチャウダー ソフルヨーグルト	オリーブオイル コーンスターク ソフルヨーグルト	ツナ ウインナー ぎゅうにく	たまねぎ にんじん ピーマン チンゲンサイ にんじん たまねぎ とうもろこし	コンソメ しお ワイン ショウガ ガラだし コーンソメ しお ショウガ	580 22.2 14.0
20 (火)	ごはん 	ぎゅうにく 	あつあげのオイスターいため ビーフンスープ	かたくりこ あぶら ビーフン	あつあげ ぶたにく とりにく	チンゲンサイ にんじん エリンギ たまねぎ ショウガ にんにく にんじん たまねぎ ねぎ にんにく ショウガ たけのこ ほししいたけ	ガラだし ショウガ オイスターソース ちゅうかだし さけ ちゅうかだし しお ショウガ こしょう	648 32.0 19.8
21 (水)	カレーライス 	ヨーグルト  のむ ヨーグルト	カレーライス コールスロー (ごまだれッシング)	あぶら じゃがいも ごまだれッシング	ぎゅうにく ハム	たまねぎ にんじん にんにく ショウガ りんごピューレ キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし	カレールウ ソース しお ケチャップ	746 28.1 23.3

*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。

新年明けましておめでとうございます

あたら
新しい年を迎えて、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ますので、よろしくお願ひいたします。



1月13日(火) 行事食(お正月)

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、新しい年に込めた願いがこもっています。さらにお正月は台所仕事をひと休みして、家族でなるべくゆっくりしたいという意味もあり、温めなおさないで食べられ、日持ちする料理が多いです。給食ではその一部を紹介します。

ぶり ・・・出世魚(成長するにつれて呼び名が変わる魚)なので、出世を願って、おせち料理に使われます。
にしめ・・・いくつかの野菜をいっしょに煮ることから、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、全国学校栄養士協議会が学校給食開始35周年を記念し、全国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、全日本カレー工業協同組合が1月22日を「カレーの日」と定めたそうです。

給食では、曜日の都合により、1月21日(水)にカレーライスが出ます。お楽しみに♪

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

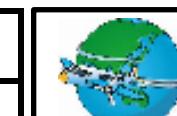
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間

日	主食	ミルク	こんだてめい	きいろ	あか	みどり	ちょうみりょう	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	からだのちょうしをととのえる		
22 (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	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 ピューレ コンソメ しお	577
			ポトフ		ワインナー	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ブロッコリー	ガラだし さけ しお	22.6
			やさいゼリー			やさいゼリー		16.5
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
			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	30.1
			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	30.4

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	ケチャップ ソース ガラだし しお チリパウダー	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	かつおおだし さけ みりん しょうゆ しお	674 27.2 20.8
			きりぼしだいこんの ごますあえ		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	さけ しょうゆ みりん	665 37.1 20.5
			いしかりじる		じやがいも 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	かつおだし さけ みりん しょうゆ	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)						
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	かつおこんぶだし みりん しょうゆ さけ	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 ざいりょうこうじゅう 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。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間

ほんこう がこう 本校では1月26日(月)~30日(金)まで、学校
きゅうしょくしゅうかんとくべつこんだて おこな ことし にほん
給食週間特別献立を行います。今年のテーマは「日本
かくち きょうどりょうり し 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
やさい いっしょ はん うえ 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」にしていただきます。

1月27日(火) 山形県(やまがたけん)
「いもに」

とうほく かわら さといも に た じゅつかん あ
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
ちがいがあり、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」

おひひろふうぶたどん いしかりじる
「帯広風豚丼」は、北海道十勝地方の郷土料理で、甘辛いタ
れ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
いしかりちほう さくらうどりょう みそ あじつ ほっかいどう
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伝わる、郷土
りょうりのひとつです。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)」

めし あぶら いた とうふ ま た こ 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。