

令和2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 からだのちようしをととのえる	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質	
8 (金)			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	ガラだし ワイン ケチャップ ハヤシルウ	712 26.6 22.8	
			はくさいのサラダ (わふうドレッシング)	(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			
			みかんゼリー			みかんゼリー			
12 (火)			ぶりのてりやき		ぶり		しょうゆ みりん	680 31.1 22.1	
			にしめ	行事食	さとう		たけのこ にんじん ほしいたけ 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 こまつな		かつおだし さけ
13 (水)			ぶたどん	さとう しらたき	ぶたにく	たまねぎ にんじん	かつおだし さけ みりん しょうゆ	555 26.1 15.7	
			ほうれんそうのみそしる			みそ とうふ わかめ	ほうれんそう ねぎ		かつおだし さけ
14 (木)			タンドリーチキン	さとう	とりにく とうにゅう	たまねぎ にんにく しょうが	カレーこ しお しおこうじ	585 30.4 15.5	
			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	たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし	ガラだし しょうゆ しお		
15 (金)			みそラーメン	ちゅうかめん	やきぶた みそ	はくさい たまねぎ しょうが にんにく とうもろこし にんじん ほうれんそう ねぎ	ガラだし しょうゆ ちゅうかだし さけ みりん こしょう	614 25.0 13.2	
			キャベツとにんじんの ごまあえ	ごま さとう	わかめ	キャベツ にんじん	しょうゆ みりん		
18 (月)			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	642 30.5 16.8	
			そえやさい				さやいんげん とうもろこし		しお こしょう
			ぐたくさんスープ		ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー	ガラだし しお コンソメ ワイン しょうゆ		
19 (火)			じゃがいものツナマヨグラタン	じゃがいも エッグケアマヨネーズ	ツナ とうにゅう	ピーマン たまねぎ	コンソメ しお	658 22.1 20.7	
			ミネストローネ	さとう	ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ にんにく パセリ マッシュルーム トマトかん	ビュレ ガラだし ワイン しお こしょう ソース		

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。

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 へたら へたら
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、よろしくお願いいいたします。

ぎやうじしよく しょうがつ
1月12日(火) 行事食(お正月)

しょうがつ へたら
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 へたら
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、かぞくでなるべくゆっくりしたいという意味
もあり、あたら へたら
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・・・しゅっせうお へたら
出世魚なので、出世を願っておせち料理に
使われます。

にしめ・・・いくつかのやさいをいっしょにに へたら
煮ることから、
かぞくが仲良く結ばれるという意味があります。

りんじきゅうこうじ きゅうしよくたいおう
臨時休校時の給食対応について

げんざい、ぜんこくでしんがた
現在、全国で新型コロナウイルス感染症などによる、臨時
休校が発生しています。本校では臨時休校により給食が
中止となった場合、可能な限り食材納品を中止しますが、物資
によってはふかのう へたら
食費が発生した場合は
給食費を徴収させていただきます。ご了承ください。(台風等
しぜんさいがいに へたら
自然災害時と同様です。)また、パンは保存できず、キャンセ
ルすると費用が発生するため、急な対応に備えてしばらくの
間、主食は「ごはん」にさせていただきます。

令和2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		
20 (水)	 とうふのあん かけごはん	 ぎゆうにゆう	とうふのあんかけごはん じゃがいものみそしる	かたくりこ じゃがいも	とりにく とうふ みそ わかめ	しいたけ にんじん しょうが ほうれんそう こまつな ねぎ	かつおだし みりん しょうゆ かつおだし さけ	573 24.8 13.7
21 (木)	 はいがごはん	 ぎゆうにゆう	ちくぜんに さやいんげんのごまあえ	さといも こんにやく 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 さやいんげん	かつおだし さけ しょうゆ みりん しょうゆ	569 24.9 12.7

全国学校給食週間特別献立 1月22日(金)~1月29日(金)

22 (金)	 はいがごはん	 のむ ヨーグルト	ビーフストロガノフ オリビエサラダ (エッグケアマヨネーズ)	ロシア バター こむぎこ とうにゆう あぶら じゃがいも エッグケアマヨネーズ	ぎゆうにく ハム	にんじん たまねぎ マッシュルーム にんにく パセリ にんじん きゅうり	ケチャップ ソース ガラだし ワイン しお しお こしょう	698 22.4 20.4
26 (火)	 はいがごはん	 ぎゆうにゆう	フィッシュアンドチップス そえやさい スコッチブロス	イギリス フライドポテト こむぎこ あぶら オリーブオイル おおむぎ	たら ベーコン とりにく	ブロッコリー とうもろこし セロリー さやいんげん にんじん たまねぎ	しお こしょう ケチャップ しお ガラだし さけ し お コンソメ こ しょう	722 29.3 20.8
27 (水)	 サフランライス	 ぎゆうにゆう	サフランライス チャナマサラ (ひよこまめのカレー) キャベツのサラダ (ごまドレッシング)	インド あぶら ひよこまめ ごまドレッシング		サフラン にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんごピューレ キャベツ にんじん さやいんげん とうもろこし	ガラだし ソース カレーレウ ケチャップ	675 20.6 20.8
28 (木)	 はいがごはん	 ぎゆうにゆう	はっぼうさい しゅうまい あんにとんどうふ	ちゅうごく ごまあぶら あんにとんどうふ	ぶたにく しゅうまい	はくさい チンゲンサイ にんにく しょう が たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ	ガラだし さけ し お こしょう しょ うゆ ちゅうかだ し	680 28.2 20.1
29 (金)	 ジャンバラヤ	 ぎゆうにゆう	ジャンバラヤ (スパイシー炊き込みご飯) やさいスープ	アメリカ あぶら じゃがいも	とりにく ウインナー	にんじん たまねぎ ピーマン あかピー マン はくさい たまねぎ とうもろこし にん じん	チリパウダー し お カレーこ ガ ラだし ケチャッ プ ガラだし さけ し お こしょう しょ うゆ	562 25.5 13.6



全国学校給食週間



本校では1月22日(金)~29日(金)まで、学校給食特別献立を行います。今年のテーマは「色々な国の料理を食べてみよう!!」です。給食室横の掲示板もぜひご覧ください♪

1月22日(金) ロシア

「ビーフストロガノフ」「オリビエサラダ」



「ビーフストロガノフ」は、牛肉の薄切りをタマネギと一緒にいため、サワークリーム入りのソースで煮込んだロシアの郷土料理です。給食では食べやすいよう豆乳を使って作ります。「オリビエサラダ」はジャガイモやピクルスなどをマヨネーズで和えたサラダです。

1月26日(火) イギリス

「フィッシュ&チップス」「スコッチブロス」



「フィッシュ&(あんど)チップス」は、タラなどの白身魚のフライに、棒状のポテトフライを添えたもので、イギリスではファーストフードとして親しまれています。「スコッチブロス」とは、肉や野菜、大麦や豆などの穀物類がたっぷり入ったスコットランド(イギリス北部)の代表的なスープです。

1月27日(水) インド

「チャナマサラ(ひよこまめのキーマカレー)」



「チャナマサラ」の「チャナ」は「ひよこ豆」を意味し「マサラ」は「様々な香辛料を調合したもの」を意味します。サフランライスと一緒にいただきます。

1月28日(木) 中国(ちゅうごく)

「八宝菜」「焼売」「杏仁豆腐」



「八宝菜」とは、肉、海老、魚、野菜など、多くの材料を取り合わせて、油でいため、調味してスープで煮、片栗粉でとろみをつけた中華料理の一つ。「焼売」は、豚の挽肉を小麦粉の皮で包み蒸し調理した中華料理の点心。「杏仁豆腐」は中国発祥のデザートです。

1月29日(金) アメリカ

「ジャンバラヤ(スパイシー炊き込みご飯)」



「ジャンバラヤ」は、アメリカ・ルイジアナ州の郷土料理である「ケイジャン料理」の一つで、スパイシーな炊き込みごはんのことで、給食では、チリパウダーとカレー粉などを使って食べやすく調理します。