

令和元年度		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なる	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
9 (木)			ハヤシライス	じゃがいも	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	667 23.1 21.7
			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		
10 (金)			ぶりのてりやき	さとう	ぶり		しょうゆ みりん	693 32.0 22.5
			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 とりにく	だいこん にんじん みつば	かつおだし さけ	
14 (火)			ソースやきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン にんにく	ソース ケチャップ しお こしょう	564 29.1 16.6
			こまつなのびたし	さとう	ちくわ	こまつな はくさい	かつおだし しょうゆ みりん	
15 (水)			あぶらあげとぶたにくのたまごどんぶり	さとう あぶら	ぶたにく たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが	かつおだし みりん しょうゆ	684 30.7 21.0
			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	
16 (木)			タンドリーチキン	さとう	とりにく とうにゆう	たまねぎ にんにく しょうが	カレーこ しおこらじ	695 36.9 21.1
			いなかふうコンソメスープ	いんげんまめ じゃがいも	ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ かぶ ブロッコリー	コンソメ	
17 (金)			さけのちゃんちゃんやき	さとう	さけ みそ	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ とうもろこし ねぎ	しょうゆ みりん かつおだし しお	565 27.2 12.5
			すましじる	ふ さといも	とりにく	だいこん にんじん ねぎ	さけ しょうゆ し お かつお こんぶだし	
20 (月)			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	かつおだし みりん しょうゆ	572 24.8 13.7
			じゃがいものみそしる	じゃがいも	みそ わかめ	こまつな ねぎ	かつおだし さけ	
21 (火)			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	548 30.8 17.9
			そえやさい			さやいんげん とうもろこし	しお	
			ぐだくさんスープ		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	ガラダシ しお コンソメ ワイン しょうゆ	

*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

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、よろしくお願いいたします。



行事食(お正月)

1月10日(金)

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。



令和元年度

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なる	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
22 (水)	 ビビンバ		ビビンバ	さとう ごまゆ ごま	ぎゅうにく	しょうが にんにく にんじん ぜんまい きりぼしだいこん ほうれんそう	ちゅうかだし さけ コチュジャン しょうゆ	646 26.0 20.6
			キムチスープ	はるさめ	わかめ とうふ	はくさい はくさいキムチ チンゲンサイ にんじん	ちゅうかだし さけ しょうゆ ガラだし	
23 (木)	 うずまきパン (いちごジャム)		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 チーズ とうにゅう	ピーマン たまねぎ	コンソメ しお	799 29.0 28.8
			ミネストローネ		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 ガラだし ワイン しお こしょう ソース	
			(いちごジャム)	(いちごジャム)				

全国学校給食週間特別献立 1月24日(金)~1月31日(金)

24 (金)	 はいがごはん (半量)	 のむヨーグル	みそバターコーンラーメン	北海道	ちゅうかめん バター	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	636 22.4 10.7
			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	
28 (火)	 はいがごはん		とわだばらやき	青森県	さとう はちみつ ごまゆ	ぎゅうにく	にんにく たまねぎ ピーマン りんごピューレ	さけ しょうゆ	690 26.0 22.1
			けのじる		きんときまめ	こうやどうふ みそ	ごぼう にんじん だいこん ぜんまい	かつおだし さけ	
29 (水)	 はいがごはん		ひきずり(とりすきふうに)	愛知県	ふ しらたき	とうふ とりにく	はくさい たまねぎ にんじん しろねぎ えのき	かつおだし さけ しょうゆ	585 25.5 14.3
			ほうれんそうのにびたし		ごま さとう	いとかまぼこ	ほうれんそう にんじん	しょうゆ みりん さけ	
30 (木)	 もぶりごはん		もぶりごはん	広島県	さとう	ちくわ ひじき あぶらあげ	にんじん ごぼう	しょうゆ みりん かつおだし	631 26.8 16.0
			びしゅなべ		しらたき	とりにく ぶたにく	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ね ぎ ピーマン	しお こしょう さけ	
			グレープゼリー		グレープゼリー				
31 (金)	 はいがごはん		タイピーエン	熊本県	はるさめ	ぶたにく わかめ いとかまぼこ えび	はくさい にんじん ねぎ ほししいたけ たけのこ しょうが たまねぎ	しょうゆ さけ ガラ缶 オイスター しお こしょう	698 26.0 15.8
			だいがくいも		さつまいも さとう みずあめ			しょうゆ	



全国学校給食週間



岸和田支援学校では1月24日(金)から1月31日(金)まで、学校給食特別献立を行います。

今年のテーマは「日本各地の郷土料理」です。北は北海道から始まり、南へ向かって、青森県→愛知県→広島県→熊本県の順番に紹介します。給食室横の掲示板もぜひご覧ください♪

1月24日(金) 北海道
「味噌バターコーンラーメン」



給食で「ラーメン」が食べたいとリクエストがあったので、北海道の札幌地方の郷土料理である「味噌ラーメン」をご紹介します。バターとコーンが入っているのが特徴です。

1月28日(火) 青森県
「十和田バラ焼き、けの汁」



「バラ焼き」は、青森県十和田市のご当地グルメです。たまねぎと牛肉を甘辛いタレで味付けしています。「けの汁」は、細かく刻んだ野菜を昆布出汁で煮込んだ汁物です。

1月29日(水) 愛知県
「ひきずり(とりすき風煮)」



名古屋では、すき焼きのことを「ひきずり」と言います。すき焼きなべの上で肉をひきずるようにして食べたことから、「ひきずり」と呼ばれるようになったそうです。

1月30日(木) 広島県
「もぶりごはん、美酒鍋」



「もぶりごはん」は、広島県の郷土料理で、混ぜご飯のことです。「もぶる」とは、広島の方言で「まぜる」という意味です。「美酒鍋」とは、酒・塩・こしょうのみで味付けしたシンプルな「鍋料理」です。広島県東広島市地域で作られる郷土料理です。

1月31日(金) 熊本県
「タイピーエン」



「タイピーエン」は中国から伝わった、郷土料理で、熊本県のご当地グルメとなっています。たっぷりの野菜と春雨、魚介類などをあっさりとしたスープにからめたお料理です。