



吹支内 第3-11号
平成30年1月27日
大阪府立吹田支援学校

2月の こんだて

表: 2/1~2/20
裏: 2/21~2/28まで記載しています。

「福はうち、鬼はそと。」
2月には節分があります。
節分には、季節を分けるという
意味があります。
外は寒いですが春はもうすぐです。
しっかり食べて頑張りましょう！

※卵関連食品は●小麦関連は△エビ・カニは◎イカ・タコは◆貝類は☆のマークをつけています。

※こんだてでは材料搬入の都合により多少変更することがあります。

※栄養価 中学部高等部のエネルギー量を記載しています。中学部高等部が1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割です。

1(木)	2(金) 節分	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)
[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳
むぎごはん	大豆ごはん	ごはん	ごはん	チキンライス	ごはん
はいが精米 むぎ	はいが精米 大豆水煮 うすくちしょうゆ 酒 塩	はいが精米	はいが精米	はいが精米 うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう 鶏ガラスープ缶 とりささ身 玉葱 にんじん しめじ グリーンピース 米油 塩 トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ 酒 みりん 鶏ガラスープ缶 バター	はいが精米
ごもくうまに 五目旨煮	いわしの かば焼き風	はるさめはるま 春雨春巻き	さば 鯖のみそ煮	みそおでん	みそおでん
とりむね肉(皮付き) じゃがいも 玉葱 にんじん だいこん あつあげ 板こんにやく むきえだまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん	いわし 米粉 かたくり粉 米揚げ油 こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かつお昆布だし	△春巻きの皮 はるさめ 豚ひき肉 たけのこ缶 にんじん にら 干し椎茸 うすくちしょうゆ オイスターソース さとう 酒 かたくり粉 米揚げ油 酒酢 こいくちしょうゆ	さば しょうが 赤みそ さとう 酒 みりん 昆布だし 出汁昆布	豚ばら肉 だいこん じゃがいも にんじん あつあげ 板こんにやく さんどまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 赤みそ うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん ゆず	豚ばら肉 だいこん じゃがいも にんじん あつあげ 板こんにやく さんどまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 赤みそ うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん ゆず
かきたま汁	カレーごま酢和え	中華たまごスープ	おひたし	のり和え	のり和え
とうふ ●たまご もやし 青ねぎ にんじん かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう みりん かたくり粉	もやし にんじん さんどまめ カレー粉 ウスターソース 酒酢 さとう 酒 ごま	ちゅうか 中華たまごスープ	にんじん もやし こまつな ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ 酒 みりん ごま	もやし こまつな もみのり こいくちしょうゆ みりん ごま	もやし こまつな もみのり こいくちしょうゆ みりん ごま
あじつけのり	ごぼうのみそ汁	とうふのすまし汁	かぼちゃポタージュ	かぼちゃポタージュ	かぼちゃポタージュ
味付けのり	ごぼう とうふ にんじん わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	とりミンチ にんじん にら とうふ えのきだけ ●たまご うすくちしょうゆ ごま油 とりガラ とりがらだし みりん こしょう 塩 かたくり粉	玉葱 だいこん とうふ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ みりん	かぼちゃ 玉葱 米油 とりがらだし とりガラ 塩 こしょう 酒 牛乳 バター コーンスターチ コーンフレーク	かぼちゃ 玉葱 米油 とりがらだし とりガラ 塩 こしょう 酒 牛乳 バター コーンスターチ コーンフレーク
7 2 3 kcal	7 4 6 kcal	7 1 1 kcal	7 7 8 kcal	8 0 1 kcal	7 6 4 kcal

