



1月の こんだて

表: 1/12~1/19 裏: 1/20~1/28
2枚目: 1/31 まで記載しています。

新年あけましておめでとうございます

今年も安全安心でおいしい給食を届けたいと

思います。よろしくお願ひします。

24日~30日は全国学校給食週間です。

24日~28日の間、リクエストメニューが

たくさん登場します。

自分が選んだメニューは登場するかな？

※当面の間は感染防止を最優先としています。
介助による感染リスクの防止からパンは休止し、アレルギー対応の必要のないもので献立を作成しています。

※休校や材料搬入業者の事情等により、献立や食材の変更が生じる場合があります。

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

※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。

吹支内第3-9号
令和5年1月10日
大阪府立吹田支援学校

新年お祝い献立		1月12日(木)	1月13日(金)	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(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
		【赤飯】	【ごはん】	【ごはん】	【ごはん】	【ビビンバ】	【ごはん】
		金賞健康米 もち米 あずき 塩 黒ごま 塩	金賞健康米 【牛肉の土手煮】 牛モモ肉 にんじん だいこん 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 さとう 酒 みりん 豆板醤	金賞健康米 【ポークチャップ】 豚モモ肉 塩 こしょう 赤ワイン 米油 玉葱 にんじん マッシュルーム(水煮缶詰) 米油 赤ワイン トマトケチャップ ウスターソース みりん かたくり粉 パセリ	金賞健康米 【さわらの竜田揚げ】 さわら 酒 しょうが こいくちしょうゆ かたくり粉 米揚げ油	金賞健康米 牛モモ肉 はくさい(キムチ漬け) にんじん 豆もやし ほうれんそう 米油 にんにく こいくちしょうゆ さとう 酒 赤みそ トウバンジャン 白ごま ごま油	金賞健康米 【鶏肉の旨煮】 とりモモ肉 米油 にんじん じゃがいも だいこん あつあげ さんどまめ たけのこ缶 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
		【ぶりの照り焼き】 ぶり こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん			【キャベツのおかか和え】 キャベツ にんじん ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ みりん 花かつお		
		【紅白なます】 だいこん 金時人参 ゆず うすくちしょうゆ 醸造酢 さとう みりん かつお昆布だし 白ごま	【和風ポテトサラダ】 じゃがいも にんじん むきえだまめ 塩昆布 醸造酢 塩 さとう ノンエッグマヨネーズ	【かぶらのクリームスープ】 とりモモ肉 玉葱 にんじん かぶ かぶ(葉) コーンクリーム缶 米油 コーンスターチ ★バター ★牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう	【かぼちゃのみそ汁】 かぼちゃ とうふ 玉葱 わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 削り節 出汁昆布 みそ 水	【ビーフンとチンゲン菜のスープ】 とりミンチ ビーフン たけのこ缶 にんじん チンゲン菜 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん 鳥がらだし とりガラ かたくり粉	【さつまいもの天ぷら】 さつまいも 米粉 かたくり粉 水 米揚げ油
		【みそ雑煮】 うす揚げ だいこん 金時人参 さといも みずな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 白みそ 煮込み餅		【のりつくだ煮】 のりつくだ煮			
		煮込み餅：もち米粉 でん粉 こんにゃく粉 水 増粘剤 トレハロース					
		749kcal	792kcal	741kcal	761kcal	731kcal	789kcal

新年お祝い献立

12日(木)の給食は、「新年お祝い献立」です。お正月におせち料理は食べましたか？おせち料理には、それぞれいれがあります。「新年お祝い献立」に登場する料理のいわれを紹介します。

- ・ぶりの照り焼き
ぶりが出世魚であることから、立身出世を願う意味が込められています。
- ・紅白なます
紅白の水引をイメージしたもので、一家の平和を願う縁起物とされています。
- ・みそ雑煮
神様にお供えしたお餅を入れたお雑煮は、新年の豊作と家内安全を祈って食べられます。関西では白みそを使ったみそ雑煮が主流で、丸餅を使用し、円満を願う意味があります。

☆食育クイズ☆

毎日食べている給食。学校給食は日本だけでなく、世界中の国々に食べられています。国によって料理はもちろん、どのように食べるかも異なります。では、学校給食を一番最初に始めた国は、次のうちどこでしょうか？

- ① アメリカ
- ② 日本
- ③ ドイツ

答えは2枚目へ！

学 校 給 食 週 間 ～ リ ク エ ス ト 献 立 ～

1月20日(金)	1月23日(月)	1月24日(火)	1月25日(水)	1月26日(木)	1月27日(金)	1月28日(土)
【牛乳】	【牛乳】	【飲むヨーグルト】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【リンゴジュース】
★牛乳	★牛乳	★アシドミルクPLUS	★牛乳	★牛乳	★牛乳	りんごジュース
【ごはん】	【ごはん】	【ごはん】	【ひつまぶし風丼】	【ごはん】	【ごはん】	【カレーライス】
金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米
【豚肉のしょうが焼き】	【ウィンナーとキャベツのスープ煮】	【チーズオンハンバーグ】	うなぎ(かば焼き) 青ねぎ おお葉 白ごま もみのり 酒 こいくちしょうゆ さとう みりん	【魚の塩焼き】 さば 塩	【鶏の唐揚げ】 とりもも肉 にんにく しょうが こいくちしょうゆ 酒 かたくり粉 米粉 米揚げ油	金賞健康米 牛もも肉 にんにく しょうが 米油 玉葱 にんじん じゃがいも むきえだまめ 塩 こしょう アルゲンフリーカレーフレーク ウスターソース 赤ワイン みりん こいくちしょうゆ トマトジュース フルーツチャツネ りんごピューレ トマトケチャップ 鳥がらだし とりガラ カレー粉
豚もも肉 しょうが 酒 こいくちしょうゆ さとう みりん	ウィンナー 玉葱 にんじん じゃがいも キャベツ セロリー パセリ 鳥がらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう さとう かたくり粉	豚ももミンチ肉 牛ミンチ肉 玉葱 さとう とうふ じゃがいも 塩 こしょう ナツメグ(粉) ★フレークチーズ	【なすのみそ汁】 なす あつあげ 玉葱 わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	【おひたし】 キャベツ にんじん もやし こまつな こいくちしょうゆ 酒 みりん 白ごま	【白菜と春雨のスープ】 とりミンチ 緑豆はるさめ ほうれんそう とうふ たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 はくさい 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん 鳥がらだし とりガラ かたくり粉	【とうふとわかめのサラダ】 とうふ わかめ にんじん さんどまめ ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ 醸造酢 みりん さとう 米油 白ごま
【真だくさんみそ汁】 じゃがいも 玉葱 にんじん だいこん うす揚げ わかめ こまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	【かぼちゃのサラダ】 かぼちゃ にんじん ホールコーン さんどまめ 大豆水煮 塩 こしょう 醸造酢 さとう ノンエッグマヨネーズ	【フライドポテト】 じゃがいも 米揚げ油 塩	【アイスクリーム(チョコ)】 ★とけないアイス風デザートチョコ	【ぶた汁】 豚もも肉 だいこん にんじん ごぼう じゃがいも つきこんにゃく とうふ 青ねぎ 米油 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	【みかんゼリー】 国産みかんゼリー	
【りんごヨーグルト】 ★コアコアりんご	【ふりかけ(やさい)】 やさしいふりかけ(いろいろやさい)	【コーンクリームスープ】 ベーコン はくさい 玉葱 にんじん ホールコーン コーンクリーム缶 米油 コーンスターチ ★バター ★牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう				
746kcal	730kcal	827kcal	753kcal	747kcal	800kcal	766kcal

1月31日(火)
【牛乳】
★牛乳
【ごはん】
金賞健康米
【肉団子のトマト煮】
牛ミンチ肉
豚モモミンチ肉
とうふ
塩
こしょう
かたくり粉
じゃがいも
玉葱
にんじん
マッシュルーム(水煮缶詰)
パセリ
トマトピューレ缶
鳥がらだし
とりガラ
塩
こしょう
赤ワイン
みりん
かたくり粉
【青菜とコーンのサラダ】
キャベツ
ほうれんそう
ホールコーン
塩
こしょう
ノンエッグマヨネーズ
【ヨーグルト】
★ソフトクリームヨーグルト
773kcal

新メニュー

★リクエストメニュー投票結果★

ごはん部門	主菜部門	副菜(サラダ)部門	副菜(野菜)部門	副菜(その他)部門	汁物部門	飲み物部門	デザート部門
1位	1位	1位	1位	1位	1位	1位	1位
カレーライス	鶏の唐揚げ	とうふとわかめのサラダ	おひたし	フライドポテト	コーンクリームスープ	リンゴジュース	チョコアイス
2位	2位	2位	2位	2位	2位	2位	2位
ひつまぶし風丼	チーズオンハンバーグ	ポテトサラダ	中華和え	ごぼうのあまから揚げ	豚汁	オレンジジュース	みかんゼリー
3位	3位	3位	3位	3位	3位	3位	3位
チャーハン	ハンバーグ	ツナサラダ	おかか和え	だいご大学いも	春雨スープ	飲むヨーグルト	アイスヨーグルト

自分が選んだメニューは何位だったかな？
鶏の唐揚げ、フライドポテト3年連続1位！



今年も一年頑張ろう！

☆クイズの答え☆

答えは・・・

③ ドイツ

18世紀(1700年代)ごろ、ドイツのミュンヘンという所で、貧しい子どもたちに貴族が食事を提供したことが最初といわれています。その後、さまざまな国で貧困対策や栄養状態の改善を目的に実施されるようになりました。

アメリカでは、自分の食べたいものを選びバイキング形式(野菜は必ず食べないといけないですよ)、フランスでは、前菜からデザートまで構成されているコース料理形式の給食が出されているそうです。日本のように教室で食べるのではなく、食堂で集まって食べる国も多いようです。

