

令和6年度

# 2月こんだてひょう

2月の給食月目標

クラスで考えた目標を達成しよう

大阪府立枚方支援学校  
枚支内第258号

2月3日(月)

2月4日(火)

2月5日(水)

2月6日(木)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)
<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【うどん】</b> ゆでうどん(冷凍) 寒天加工品 (120/203/239kcal)	<b>【ごはん】</b> 精白米 (211/276/325kcal)	<b>【コッペパン】</b> コッペパン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)
<b>【豚肉の小松菜炒め】</b> 豚モモ肉 しょうが にんにく こまつな にんじん たけのこ水煮 玉葱 菜種サラダ油 食塩 白こしょう 清酒 上白糖 こいくちしょうゆ かたくり粉 ごま(いり) (105/137/161kcal)	<b>【カレーうどんのあん】</b> 和牛モモ肉 菜種サラダ油 うすあげ 玉葱 にんじん 白ねぎ ふなしめじ 豆乳クリーム カレールウ カレー粉 清酒 うすくちしょうゆ 本みりん だし汁(かつお・昆布) かたくり粉 (175/202/269kcal)	<b>【鶏の香味焼き】</b> 鶏モモ肉 にんにく しょうが 玉葱 清酒 食塩 白こしょう (97/194/194kcal)	<b>【ヤンソンさんの誘惑】</b> じゃがいも 乾燥マッシュポテト 玉葱 牛乳 生クリーム(乳脂肪) 有塩バター 白こしょう 食塩 アンチョビ パン粉 パセリ(乾) シュレッドチーズ (小3まで小124kcal/小4から大248kcal)
<b>【じゃがいもみそ汁】</b> じゃがいも うすあげ にんじん 玉葱 つきこんにゃく オニカまぼこ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (56/73/86kcal)	<b>【星型ポテト】</b> 北海道星型ポテト 菜種白絞油 (70/92/108kcal)	<b>【さつまいものはちみつ煮】</b> さつまいも はちみつ 食塩 (44/57/67kcal)	<b>【麦入りスープ】</b> 鶏モモ肉 おおむぎ(押麦) にんじん 玉葱 キャベツ セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん ワイン風調味料 オリーブ油 (64/83/98kcal)
<b>【のり佃煮】</b> 焼きのり 上白糖 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん だし汁(かつお・昆布) (10/14/16kcal)	<b>【プリン(豆乳)】</b> とろけるプリン(豆乳) 1個(77kcal)	<b>【レタスのみそ汁】</b> レタス 玉葱 じゃがいも にんじん 酵母入りウィンナー だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (49/65/76kcal)	<b>【いちごジャム】</b> いちごジャム低糖度 1袋(32kcal)
<b>【福豆】</b> 節分献立 福豆 1袋(21kcal)		<b>【味付けのり】</b> 味付けのり 1袋(9kcal)	スウェーデンの献立
540/658/746kcal	579/711/830kcal	547/738/808kcal	541/776/791kcal

給食で

## 世界を巡ろう!

スウェーデン編

### 「ヤンソンさんの誘惑」

なかなかユニークな料理名ですが、その由来についてはいろんな説があります。ヤンソンさんが、あまりにもおいしそうな見た目とにおいに勝てず、ついに口にしてしまったのでこの名がついたという説があります。アンチョビを使ったポテトグラタンです。



2月7日(金)	2月10日(月)	2月12日(水)	2月13日(木)	2月14日(金)	2月17日(月)
献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)
<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【ごはん】</b> 精白米 (211/276/325kcal)	<b>【食パン】</b> 食パン 1個 (1184kcal/小4から大276kcal)	<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【ごはん】</b> 精白米 (211/276/325kcal)
<b>【ほっけのごま揚げ】</b> とろホッケ 清酒 かたくり粉 菜種白絞油 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん ごま(いり) 1切 (189kcal)	<b>【肉じゃが】</b> 和牛モモ肉 じゃがいも にんじん 玉葱 しらたき 菜種サラダ油 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん (148/194/228kcal)	<b>【鶏の玄米フレークカツ】</b> 鶏むね肉 ワイン風調味料 白こしょう 薄力粉 発芽玄米フレーク 菜種サラダ油 濃厚ソース ウスターソース トマトケチャップ こいくちしょうゆ 本みりん 中ざら糖 (小3まで1個120kcal/小4から239kcal)	<b>【豆腐ハンバーグ】</b> 木綿とうふ 鶏ひき肉 まめプラスミート 玉葱 しょうが パン粉 食塩 ごま油 だし汁(かつお・昆布) こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん かたくり粉 (小3まで小76kcal/小4から大152kcal)	<b>【あじのおろしがけ】</b> とろあじ 清酒 かたくり粉 菜種白絞油 だいこん しょうが 青ねぎ うすくちしょうゆ 本みりん 上白糖 1切 (195kcal)	<b>【さばのみそ煮】</b> さば しょうが 白ねぎ 清酒 うすくちしょうゆ 米みそ 中ざら糖 こんぶ 本みりん 1切 (219kcal)
<b>【根菜のみそ汁】</b> うすあげ にんじん だいこん ごぼう さつまいも つきこんにゃく ごま油 だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (58/76/89kcal)	<b>【野菜のウィンナー炒め】</b> 酵母入りウィンナー キャベツ にんじん こまつな スイートコーン水煮 菜種サラダ油 塩こんぶ 食塩 白こしょう (42/54/64kcal)	<b>【茹でブロッコリー】</b> ゆぶろっこりー ブロッコリー 食塩 (6/8/9kcal)	<b>【どさんこ汁】</b> じゃがいも 玉葱 にんじん 白ねぎ りょくとうもやし スイートコーン水煮 しょうが にんにく 有塩バター 白みそ うすくちしょうゆ 食塩 だし汁(かつお・昆布) (62/82/96kcal)	<b>【五目汁】</b> だいこん にんじん 玉葱 たけのこ水煮 干し椎茸 つきこんにゃく うすあげ しょうが だし汁(かつお・昆布) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 (46/60/70kcal)	<b>【五目豆】</b> 蒸し大豆 にんじん うすあげ つきこんにゃく 干ひじき ごま油 清酒 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ だし汁(かつお・昆布) (35/46/54kcal)
<b>【小松菜ふりかけ】</b> 大豆の華 ちりめん ごま(いり) こまつな ごま油 清酒 塩こんぶ 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ (25/33/39kcal)	<b>【味付けのり】</b> 味付けのり 1袋 (9kcal)	<b>【ミネストローネ】</b> ショルダーベーコン だいこん にんじん 玉葱 じゃがいも カットトマト水煮 トマトケチャップ オリーブ油 とりがらスープ 白こしょう 食塩 上白糖 (53/69/81kcal)	<b>【ひじきふりかけ】</b> 干ひじき 大豆の華 ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん だし汁(かつお・昆布) (14/19/22kcal)	<b>【大豆ふりかけ】</b> 大豆の華 ちりめん ごま(いり) 菜種サラダ油 清酒 塩こんぶ 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ (23/30/35kcal)	<b>【白菜のかきたま汁】</b> たまご はくさい 玉葱 ぶなしめじ 青ねぎ だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん かたくり粉 (46/60/70kcal)
				<b>【ガトーショコラ】</b> お米deガトーショコラ 1個 (97kcal)	
620/711/779kcal	617/740/833kcal	500/729/742kcal	500/666/732kcal	709/795/859kcal	648/738/805kcal

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。

2月18日(火)

2月25日(火)

2月26日(水)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)	<b>【牛乳】</b> 牛乳 1本 (137kcal)
<b>【カレーミートスパゲティ】</b> カットスパゲティ 豚ひき肉 にんにく にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 まめプラスミート オリーブ油 トマトケチャップ ウスターソース カレールウ カレー粉 とりがらスープ 食塩 白こしょう ワイン風調味料 (254/332/390kcal)	<b>【アップルパン】</b> アップルパン 1個 <b>【ミードボールピーンズ】</b> 蒸し大豆 鉄腕ミートボール 豚ひき肉 しょうが にんにく にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 まめプラスミート 白いんげん豆ピューレ 菜種サラダ油 トマトピューレ トマトケチャップ 脱脂粉乳 とりがらスープ ワイン風調味料 白こしょう 食塩 上白糖 (150/196/231kcal)	<b>【ごはん】</b> 精白米 (211/276/325kcal) <b>【鮭のちゃんちゃん焼き】</b> さけ 銀さけ 食塩 清酒 キャベツ 玉葱 にんじん 青ピーマン しょうが にんにく 白こしょう 白みそ 麦みそ こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 菜種サラダ油 ごま(いり) かたくり粉 1切 (153kcal)
<b>【キャベツスープ】</b> 酵母入りウィンナー キャベツ にんじん 玉葱 セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (44/57/67kcal)	<b>【マカロニサラダ】</b> まかろに シェルマカロニ 大豆の華 にんじん スイートコーン水煮 キャベツ エッグケアマヨネーズ レモン果汁 上白糖 菜種サラダ油 食塩 白こしょう ワイン風調味料 (71/93/109kcal)	<b>【豆腐のすまし汁】</b> とうふ 絹ごしとうふ カットわかめ にんじん 玉葱 だし汁(かつお・昆布) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 (43/56/66kcal)
<b>【バナナドーナツ】</b> 絹ごしとうふ ホットケーキミックス バナナ レモン果汁 粉糖 菜種白絞油 1個 (143kcal)	<b>【アーモンドフィッシュ】</b> アーモンドフィッシュ 1袋 (24kcal)	<b>【味付けのり】</b> あじっ 味付けのり 1袋 (9kcal)
578/669/737kcal	595/769/820kcal	553/631/690kcal

# 日本の郷土料理 を知らう -北海道-

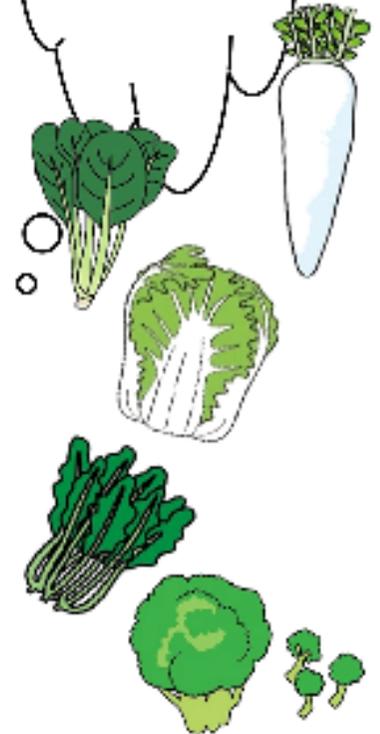
『鮭のちゃんちゃん焼き』  
北海道を代表する郷土料理の一つです。  
昔から北海道の漁師町で食べられています。

「ちゃんちゃん」の語源には、お父さん(ちゃん)が料理するから、料理をする時にちゃんちゃん音になるから、などいろんな説があります。  
鮭とキャベツなどの野菜にみそを加え鉄板で焼いた料理です。



2月頃が旬の  
食べ物

こまつな、  
だいこん、  
はくさい、  
ほうれんそう、  
ブロッコリー



北海道の献立

