

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
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【うどん】 ゆでうどん(冷凍) 寒天加工品 (120/203/239kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【コッペパン】 コッペパン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)
【豚肉の小松菜炒め】 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)	【カレーうどんのあん】 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)	【鶏の香味焼き】 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)	【ヤンソンさんの誘惑】 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)
【じゃがいもみそ汁】 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)	【星型ポテト】 北海道星型ポテト 菜種白絞油 (70/92/108kcal)	【さつまいものはちみつ煮】 さつまいも はちみつ 食塩 (44/57/67kcal)	【麦入りスープ】 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)
【のり佃煮】 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)	【プリン(豆乳)】 とろけるプリン(豆乳) 1個(77kcal)	【レタスのみそ汁】 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)	【いちごジャム】 いちごジャム低糖度 1袋(32kcal)
【福豆】 節分献立 福豆 1袋(21kcal)		【味付けのり】 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
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【食パン】 食パン 1個 (1184kcal/小4から大276kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)
【ほっけのごま揚げ】 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)	【肉じゃが】 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)	【鶏の玄米フレークカツ】 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)	【豆腐ハンバーグ】 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)	【あじのおろしがけ】 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)	【さばのみそ煮】 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)
【根菜のみそ汁】 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)	【野菜のウィンナー炒め】 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)	【茹でブロッコリー】 ゆぶろっこりー ブロッコリー 食塩 (6/8/9kcal)	【どさんこ汁】 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)	【五目汁】 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)	【五目豆】 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)
【小松菜ふりかけ】 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)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal)	【ミネストローネ】 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)	【ひじきふりかけ】 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)	【大豆ふりかけ】 だいず 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)	【白菜のかきたま汁】 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)
【ガトーショコラ】 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
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【カレーミートスパゲティ】 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)	【アップルパン】 アップルパン 1個 【ミードボールピーンズ】 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)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal) 【鮭のちゃんちゃん焼き】 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)
【キャベツスープ】 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)	【マカロニサラダ】 まかろにさらだ 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)	【豆腐のすまし汁】 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)
【バナナドーナツ】 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)	【アーモンドフィッシュ】 あーもんどふいっしゅ アーモンドフィッシュ 1袋 (24kcal)	【味付けのり】 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

2月27日(木)

献立名/材料/栄養量	
【牛乳】 ぎゅうにゅう 牛乳 1本 (137kcal)	
【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	
【手作り揚げ餃子】 てづり あぎょうざ ぎょうざの皮 豚ひき肉 玉葱 キャベツ にら しょうが にんにく まめプラスミート ごま油 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ 上白糖 かたくり粉 薄力粉 菜種白絞油 りんご酢 (小3まで1個70kcal/小4から139kcal)	
【春雨スープ】 はるさめすーぶ 鶏モモ肉 緑豆ブレンド春雨 にんじん だいこん うすあげ チンゲン菜 とりがらスープ うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 本みりん かたくり粉 ごま油 (83/108/127kcal)	【ひじきそぼろ】 牛ひき肉 まめプラスミート しょうが 干ひじき 清酒 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん 菜種サラダ油 (25/32/38kcal)
	【さつまいもチップ】 ちっぶ サツマイモチップ 1袋 (22kcal)
548/714/788kcal	

2月28日(金)

献立名/材料/栄養量	
【牛乳】 ぎゅうにゅう 牛乳 1本 (137kcal)	
【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	
【ハヤシライスルウ】 はやしらいう 和牛モモ肉 にんにく ワイン風調味料 菜種サラダ油 玉葱 にんじん ソテーオニオン マッシュルーム水煮 白いんげん豆ピューレ トマトピューレ トマトケチャップ りんごピューレ デミグラスソース とりがらスープ ウスターソース 焙煎小麦粉 有塩バター 菜種サラダ油 脱脂粉乳 食塩 白こしょう (156/204/240kcal)	
【おじゃがコーン】 こーん じゃがいも 玉葱 スイートコーン水煮 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 菜種サラダ油 (42/54/64kcal)	
【やさいゼリー】 ぜりー やさいゼリー 1個 (42kcal)	
588/713/808kcal	

2月2日は節分です

節分って何だろう??

節分とは「節（季節）を分ける」という意味で、もとは各季節が始まる立春、立夏、立秋、立冬の前の日を新しい季節が始まる区切りの日として、すべて「節分」と呼んでいました。

立春は春が始まる日のことで、その前の日が節分で冬が終わる日でもあります。

節分には「鬼は外、福は内」と言いながら、煎った大豆をまいて、邪気を祓った後に、年齢の数だけ豆を食べて、1年間の幸せを祈ると言われています。



※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。