

令和7年度

# 1月こんだてひょう

2026年 1月 9日(金)

献立名/材料/栄養量

## 【牛乳】

牛乳 1本 (137kcal)

## 【ごはん（健康米）】

金賞健康米  
(211/276/325kcal)

## 【鮭の塩焼き】

銀さけ  
食塩  
清酒  
(小6まで小115kcal/中1から大153kcal)

## 【芋きんとん】

さつまいも  
本みりん  
上白糖  
食塩  
レモン果汁  
(66/86/101kcal)

## 【白玉雑煮】

白玉だんご  
京人参  
にんじん  
だいこん  
ほうれんそう  
ぶなしめじ  
白みそ  
米みそ  
かつお宗田節（だし用）  
こんぶ（だし用）  
(75/98/115kcal)

## 【味付けのり】

味付けのり  
1袋(9kcal)

## 1月の給食月目標

# きゅうしょくつか 給食に使われている食材を知ろう！

大阪府立枚方支援学校  
枚支内第238号

## お正月料理について

### おせち料理

おせち料理とは、季節の節目に作られる料理で、現在ではその中で最も重要なお正月のことをさすようになりました。おせち料理の一つ一つには、それぞれ願いがこめられており、これから始まる1年がすばらしい年になるように祈ります。

#### きんとん

きんとんは金色の団子のことで金運アップを願っています。

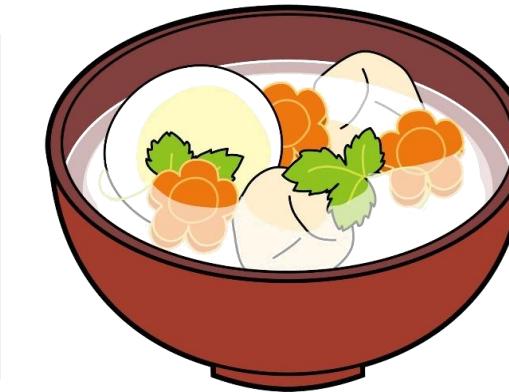
#### 田作り（ごまめ）

いわしの肥料をまいた田んぼが豊作だったことから豊作を願っています。



### おぞう煮

昔からおもちは、めでたい時「ハレの日」に食べられていました。鏡もちにして年神様をお迎えし、地域でとれた食材を使っておぞう煮にして食べます。具は地域によって色々です。おもとも地域によって丸かったり、四角かったり、あんこが入っていたりと様々です。



令和7年度  
1月こんたてひょう

1月の給食月目標  
きゅうしょくつか  
給食に使われている食材を知ろう！  
しょくざいし

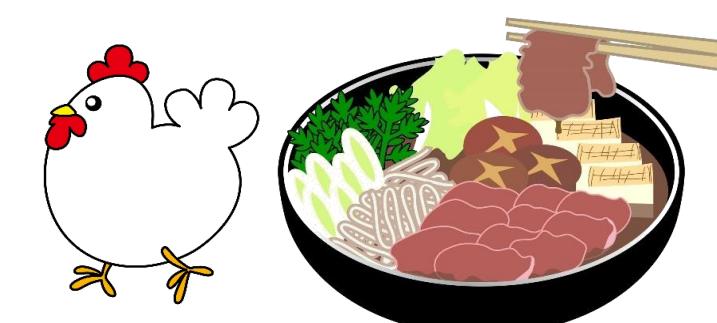
2026年1月13日(火) 2026年1月14日(水) 2026年1月15日(木) 2026年1月16日(金)

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>【黒糖パン】</b> 黒糖パン 1個 (小3まで小203kcal/小4から大308kcal)	<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【食パン】</b> 食パン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大279kcal)	<b>【ごはん】</b> 精白米 (211/276/325kcal)
<b>【カレーピーンズ】</b> 蒸し大豆 豚ひき肉 にんにく メーキン にんじん 玉葱 マッシュルーム煮 トマトピューレ 菜種サラダ油 カレー粉 米粉カレールウ トマトケチャップ 濃厚ソース 白いんげん豆ピューレ 豆乳クリーム とりがらスープ ワイン風調味料 白こしょう 食塩 上白糖 (135/177/208kcal)	<b>【豚肉のごまみそ炒め】</b> 豚モモ肉 れんこん 玉葱 にんじん 青ピーマン 菜種サラダ油 ごま(ねり) 上白糖 清酒 米みそ こいくちしょうゆ ごま(いり) (108/141/166kcal)	<b>【白身魚のフライ】</b> 白糸だら 白こしょう 薄力粉(バイオレット) パン粉(中目) 菜種白絞油 トマトケチャップ エッグケアマヨネーズ 濃厚ソース 上白糖 ワイン風調味料 1切(194kcal)	<b>【ひきずり(鶏すき焼き風)】</b> 鶏モモ肉 はくさい にんじん 白ねぎ しらたき 焼きとうふ おつゆ麺 菜種サラダ油 食塩 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん (130/170/200kcal)
<b>【わかめスープ】</b> ショルダーベーコン 乾燥わかめ 絹ごしうふ にんじん だいこん もやし とりがらスープ うすくちしょうゆ (36/47/55kcal)	<b>【キャベツソテー】</b> キャベツ オリーブ油 食塩 白こしょう (小6まで13kcal/中1から19kcal)	<b>【ポテトの炒め物】</b> 酵母入りウィンナー メーキン 玉葱 食塩 白こしょう オリーブ油 (51/67/79kcal)	<b>【コンソメスープ】</b> 鶏モモ肉 メーキン にんじん 玉葱 マッシュルーム煮 セロリー とりがらスープ 食塩 芽ひじき 大豆の華 ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ ごま(いり) (40/52/61kcal)
<b>【茹でブロックリー】</b> ブロックリー 食塩 (6/8/9kcal)	<b>【ひじきふりかけ】</b> ごま油 (22kcal)	<b>【味付けのり】</b> 味付けのり 1袋(9kcal)	<b>【ぶどうゼリー】</b> ぶどうゼリー 1個(51kcal)
(528/677/722kcal)	(565/674/745kcal)	(568/675/676kcal)	(538/659/739kcal)

日本の郷土料理  
を知ろう  
-愛知県-  
「ひきずり」

愛知県ではすき焼きのことを「ひきずり」と呼ぶそうです。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りました。

すき焼きには牛肉を使いますが、愛知県ではニワトリの飼育がさかんで、とり肉が使われます。



# 令和7年度 1月ふんたてひょう

# 1月の給食月目標

きゅう しょく つか  
しょくざい し

## 給食に使われている食材を知ろう！

2026年1月19日(月) 2026年1月20日(火) 2026年1月21日(水) 2026年1月22日(木) 2026年1月23日(金)

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>【りんごジュース】</b> リンゴジュース 1本 (94kcal)	
<b>【ミートスパゲティ】</b> カットスパゲティ 牛ひき肉 豚ひき肉 まめプラスミート にんにく にんじん 玉葱 マッシュルーム煮 オリーブ油 トマトケチャップ トマトピューレ 濃厚ソース とりがらスープ 食塩 白こしょう ワイン風調味料 上白糖 (278/363/427kcal)	<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>【ソースやきそば】</b> 焼きそば用中華めん 豚モモ肉 まめプラスミート キャベツ にんじん 玉葱 白こしょう 白こしょう マッシュルーム煮 豆乳クリーム パン粉 まめプラスミート 上新粉 菜種白絞油 白こしょう ナツメグパウダー マッシュルーム煮 濃厚ソース トマトケチャップ デミグラスソース 上白糖 ワイン風調味料 バルメザンチーズ(個包装) (小3まで小111kcal/小4から大222kcal)	<b>【ごはん(健康米)】</b> 金賞健康米 (211/276/325kcal)	<b>【ミートボールのカレールゥ】</b> 鉄腕ミートボール にんにく しょうが 菜種サラダ油 カレー粉 玉葱 にんじん じょうが 菜種サラダ油 カレー粉 玉葱 にんじん エリンギ ソテーオニオン 焙煎小麦粉 有塩バター 菜種サラダ油 カレー粉 食塩 白こしょう トマトピューレ ウスターソース (273/346/402kcal)
<b>【ハンバーグ】</b> 豚ひき肉 玉葱 マッシュルーム煮 オリーブ油 トマトケチャップ トマトピューレ 濃厚ソース とりがらスープ 食塩 白こしょう ナツメグパウダー マッシュルーム煮 濃厚ソース トマトケチャップ デミグラスソース 上白糖 ワイン風調味料 バルメザンチーズ(個包装) (小3まで小111kcal/小4から大222kcal)	<b>【鶏のから揚げ】</b> 鶏モモ肉 食塩 清酒 こいくちしょうゆ しょうが かたくり粉 上新粉 菜種白絞油 白こしょう ナツメグパウダー マッシュルーム煮 濃厚ソース トマトケチャップ デミグラスソース 上白糖 ワイン風調味料 バルメザンチーズ(個包装) (1袋(15kcal))	<b>【さつまいものみそ汁】</b> さつまいも うすあげ にんじん だいこん 白ねぎ かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 麦みそ (67/88/103kcal)	<b>【かつお節(個包装)】</b> かつお加工品(かつお節) 1袋(5kcal)	<b>【中華スープ】</b> 絹厚揚げ チンゲン菜 にんじん 玉葱 しょうが 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 本みりん かつお昆布だし (16kcal)	
<b>【レタススープ】</b> 鶏モモ肉 レタス メーケイン にんじん 玉葱 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 かたくり粉 (38/50/59kcal)	<b>【ABCマカロニスープ】</b> アルファベットマカロニ 酵母入りウィンナー 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 うすくちしょうゆ かたくり粉 (50/65/77kcal)	<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 かつお昆布だし (51/66/78kcal)	<b>【ジャーマンポテト】</b> ショルダーベーコン メーケイン 玉葱 スイートコーン煮 食塩 白こしょう オリーブ油 (39/51/60kcal)		
<b>【人参ドーナツ】</b> 絹ごしうふ ホットケーキミックス にんじんペースト 粉糖 菜種白絞油 1個(136kcal)	<b>【味付けのり】</b> 味付けのり 1袋(9kcal)	<b>【プリン(豆乳)】</b> とろけるプリン(豆乳) 1個(77kcal)	<b>【麩のラスク】</b> おつゆ麩 グラニュー糖 有塩バター (71/93/109kcal)	<b>【みかん 1個】</b> 温州蜜柑(普通、生) 1個(34kcal)	
(604/701/763kcal)	(552/743/793kcal)	(672/842/895kcal)	(537/647/720kcal)	(488/609/700kcal)	



19日(月)から23日(金)は学校給食です。徒生の立派な献立は、児童による週間献立です。

※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。

※都合により食材を変更することがあります

# 令和7年度 1月こんたでひょう

# 1月の給食月目標

## 給食に使われている食材を知ろう！

2026年1月26日(月) 2026年1月27日(火) 2026年1月28日(水) 2026年1月29日(木) 2026年1月30日(金)

\*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。

※都合により食材を変更することがあります