



令和7年度

2月

# 学校給食献立表



大阪府立生野支援学校

「クラスで考えた目標を達成しよう」

にち日	こんだてめい献立名	牛乳	はし	スプーン	赤 ちにく血や肉になる	黄 ねつちからもと熱や力の元になる	みどり緑 からだちやうしととの体の調子を整える	ちやうみりやう調味料	エネルギー たんぱくしつ ししつ 食塩相当量
2 げつ (月)	ごはん	○	○			こめ			712 kcal
	かんこくふう韓国風やきとり				とりにく	はちみつ, さとう, ごまあぶら, しろごま	にんにく, しろねぎ	こいくちしょうゆ, さけ, コチジャン	28.4 g
	だいこん大根のすだちづけ					さとう	だいこん, にんじん, きゅうり, すだち	す, しお	22.8 g
	レタスとごぼうのスープ				あつあげ	ごまあぶら	レタス, ごぼう, えのきたけ, しょうが	しお, うすくちしょうゆ, とりがらスープ, ちゅうかだし, こしょう	2.2 g
3 か (火)	ごはん	○	○			こめ			822 kcal
	いわたしのかば焼き風				いわし	かたくりこ, あぶら, さとう	しょうが	さけ, こいくちしょうゆ, みりん	32.5 g
	だいずい大豆入り肉みそ炒め				だいず, ぶたひきにく, こめみそ	こめ油, さとう, ごまあぶら	ほししいたけ, たまねぎ, しろねぎ, しょうが	さけ, みりん, こいくちしょうゆ	24.5 g
	こまつな小松菜と里芋のおすまし				うすあげ	さといも, かたくりこ	こまつな, にんじん, えのきたけ	うすくちしょうゆ, しお, だしこんぶ, かつおだし	2.7 g
4 すい (水)	ひじきの混ぜごはん	○	○		ぶたひきにく, ひじき	こめ, つきこんにやく, さとう, しろごま, こめあぶら	にんじん	こいくちしょうゆ, うすくちしょうゆ, さけ	706 kcal
	さつまいもレモン煮					さつまいも, さとう	レモンかじゅう	うすくちしょうゆ, みりん	25.4 g
	とうふのとろみ汁				とりにく, うすあげ, とうふ	かたくりこ	だいこん, にんじん, しめじ, ほうれんそう, しょうが, ほししいたけ	さけ, みりん, うすくちしょうゆ, しお, だしこんぶ, かつおだし	19.7 g
5 もく (木)	ごはん	○	○			こめ			2.5 g
	すきやき風煮				ぎゅうにく, やきどうふ	こめあぶら, いとこんにやく, さとう	はくさい, たまねぎ, にんじん, しろねぎ	さけ, かつおだし, だしこんぶ, うすくちしょうゆ, こいくちしょうゆ	739 kcal
	きゅうりとささみのピリ辛あえ				とりささみ	さとう, ごまあぶら	きゅうり	す, こいくちしょうゆ, トウバンジャン	32.6 g
	いくのしえん味付けのり				あじつけのり				22.7 g
6 きん (金)	ハヤシライス	ジョア	○		ぶたにく	こめ, じゃがいも, こめあぶら	にんじん, ソテードオニオン, たまねぎ, トマトかん	あかワイン, トマトケチャップ, とんかつソース, とりがらスープ, こめこハヤシルウ, こめこデミグラスソース, しお, こしょう, ローレル	792 kcal
	はなやさい花野菜サラダ					さとう, エッグケアマヨネーズ, たまごをつかっているマヨネーズ	ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ, とうもろこし	す, こいくちしょうゆ, しお, からし	27.5 g
9 げつ (月)	ごはん	○	○			こめ			17.7 g
	ホイコーロー				ぶたにく, こめみそ	ごまあぶら, さとう	ピーマン, パプリカ(あか), たまねぎ, キャベツ, にんにく, しょうが	テンメンジャン, こいくちしょうゆ, トウバンジャン, しお, とりがらスープ	2.5 g
	焼きじゃが				あおのり	じゃがいも, こめあぶら, ごまあぶら		しお	742 kcal
	中華スープ				カットベーコン	ごまあぶら	たまねぎ, はくさい, チンゲンサイ, にんじん, ほししいたけ, にら	しお, こしょう, うすくちしょうゆ, ちゅうかだし, とりがらスープ	33.0 g
10 か (火)	ごはん	○	○			こめ			21.6 g
	さばの塩こうじ焼き				さば	さとう		しおこうじ, さけ	2.6 g
	もやしとほうれん草のごま和え					しろごま	もやし, ほうれんそう, きゅうり, にんじん	しお, かつおだし, だしこんぶ, みりん, こいくちしょうゆ	761 kcal
	かす汁				ぶたにく, うすあげ, こめみそ,	つきこんにやく, さといも	だいこん, にんじん, あおねぎ	さけかす, だしこんぶ, かつおだし	23.5 g
12 もく (木)	ごはん	○	○			こめ			2.1 g
	とり肉のから揚げ				とりにく	さとう, かたくりこ, あぶら	にんにく, しょうが	しおこうじ, うすくちしょうゆ, さけ, みりん	779 kcal
	キャベツのゆかり和え					しろごま, しろごま	キャベツ, きゅうり	ゆかり	30.3 g
	大根とぶた肉のスープ				ぶたにく	かたくりこ, ごまあぶら	だいこん, にんじん, しめじ, しろねぎ	とりがらスープ, ちゅうかだし, しお, こしょう, うすくちしょうゆ	27.1 g
13 きん (金)	ハニーバンズ	○	○			ハニーバンズ			1.9 g
	ハートのハンバーグ					ハートのハンバーグ		とんかつソース	788 kcal
	キャベツソテー				ツナ	オリーブあぶら	キャベツ, にんじん	しお, こしょう, カレーこ	26.3 g
	さつまいものクリームスープ				とりにく, とうにゅう	さつまいも, こめあぶら	たまねぎ, しろいんげんペースト, さつまいもペースト, とうもろこし	しろワインシチューフレーク(アレルゲンフリー), コンソメ, とりがらスープ, しお, こしょう	28.4 g
	ハートのプリン					ハートのチョコプリン			3.3 g

\* 表示している栄養価(エネルギー・たんぱくしつ・ししつ・食塩相当量)は中学部・高等部の値です。小学部1~3年はその約7割の量、小学部4~6年は約8割の量となっています。

にち 日	こんだてめい 献立名	牛 乳	は し	ス プ ー ン	あか にく 赤 血や肉になる	き ねつ　ちから　もと 黄 熱や力の元になる	みどり からだ　ちようし　ととの 緑 体の調子を整える	ちようみりよう 調味料	エネルギー	
									たんぱくしつ	しじつ
									食塩相当量	
16 げつ (月)	ガパオライス	○	○		とりミンチ	こめ,さとう,こめあぶら,かたくりこ	たまねぎ,パプリカ(あか),ピーマン,たけのこ,れんこん,にんにく	バジル,ちゅうかだし,こいくちしょうゆ,さけ	788 kcal	
	コロコロさつまいもサラダ					さつまいも,エッグケアマヨネーズ ➡たまごをつかっていないマヨネーズです	きゅうり,にんじん	しお	31.0 g	
	ジュリエンヌスープ				ロースハム		キャベツ,にんじん,たまねぎ,ドライバセリ	しろワイン,とりがらスープ,コンソメ,しお,うすくちしょうゆ,こしょう	25.4 g	2.5 g
17 か (火)	ごはん	○	○			こめ		だしこんぶ,かつおだし	858 kcal	
	ぶたじゃが				ぶたにく,あつあげ	じゃがいも,いとこんにやく,こめあぶら,さとう	たまねぎ,にんじん,さんどまめ	さけ,みりん,しょうゆ,しょうゆ,けずりぶし,だしこんぶ	35.2 g	
	ちくわのいそべ揚げ				ちくわ,あおのり	じゅうしんこ,あぶら		しお,	23.1 g	
	ミニりんごゼリー					すりおろしミニりんごゼリー			2.8 g	
18 すい (水)	ごはん	○	○			こめ			760 kcal	
	さわらのごまだれ焼き				さわら	さとう	しょうが	ねりごま,さけ,こいくちしょうゆ	37.5 g	
	き　ぼ　だいこん　いた　に 切り干し大根の炒め煮				とりにく	こめあぶら,さとう	きりぼしだいこん,にんじん,さんどまめ	みりん,うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,かつおだし,だしこんぶ	23.5 g	
	けの汁				うすあげ,だいず,こや豆腐,こめみそ	つきこんにやく	だいこん,にんじん,ごぼう,あおねぎ	だしこんぶ,かつおだし	2.7 g	
19 もく (木)	ごはん	○	○			こめ			792 kcal	
	かん　と　だき 関東煮				とりにく,ちくわ,がんもどき	じゃがいも,こんにやく,さとう	だいこん,にんじん	さけ,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,みりん,かつおだし,だしこんぶ	32.0 g	
	れんこんサラダ				ベーコン	さとう,ごまあぶら	れんこん,キャベツ,きゅうり,にんじん	しお,すうすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ	22.6 g	
	ほんのり抹茶のこんぶふりかけ							こんぶとほんのりおまつちゃふりかけ	2.8 g	
20 きん (金)	おさつパン	○	○			おさつパン			740 kcal	
	ジャークチキン				とりにく		にんにく,しょうが,レモン	しお,こしょう,トマトケチャップ,オールスパイス,くろこしょう,クミンパウダー,パプリカ	36.2 g	
	ひよこ豆のサラダ				ひよこまめ	さとう,オリーブあぶら	キャベツ,きゅうり,にんじん	す,しお,こしょう,うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ	27.1 g	
	かぶと白菜のスープ				ぶたにく	かたくりこ,ごまあぶら	かぶ,はくさい,にんじん	とりがらスープ,ちゅうかだし,しお,こしょう,うすくちしょうゆ	2.8 g	
24 か (火)	ぶた　どんぶり 豚キムチ丼	○	○		ぶたミンチ,あつあげ,こめみそ	こめ,さとう,ごまあぶら,かたくりこ	たまねぎ,はくさい,しょうが,にんにく,はくさいキムチ	さけ,こいくちしょうゆ,みりん,しお,デンメンジャン,とりがらスープ,ちゅうかだし	719 kcal	
									28.2 g	
	わかめのスープ				とりにく,わかめ	ごまあぶら	だいこん,たまねぎ,チンゲンサイ,にんじん,ほししいたけ,あおねぎ	しお,こしょう,うすくちしょうゆ,ちゅうかだし,とりがらスープ	20.8 g	
									2.4 g	
25 すい (水)	ごはん	○	○			こめ			751 kcal	
	とり肉のケチャップ焼き				とりにく	さとう			32.1 g	
	キャベツのひじきごまドレッシング				ひじき	ごまペースト,しろごま,さとう	キャベツ,きゅうり,にんじん	しろワイン,こしょう,トマトケチャップ,こいくちしょうゆ,カレーこ	24.4 g	
	じゃがいもとみず菜のみそ汁				うすあげ,わかめ,こめみそ	じゃがいも	たまねぎ,みずな	しお,すうすくちしょうゆ	2.7 g	
26 もく (木)	やきにく 焼肉チャーハン	○	○		ぎゅうにく	こめ,ごまあぶら,さとう,ごま	たまねぎ,にんじん,ピーマン,しめじ,しろねぎ,しょうが,にんにく	しお,こしょう,さけ,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,みりん,とりがらスープ,ちゅうかだし	750 kcal	
	や 焼きシューマイ				しゅうまい	ごまあぶら			30.9 g	
	ちゅうか 中華コーンスープ				とうふ	かたくりこ,ごまあぶら	とうもろこし,チンゲンサイ,しろねぎ	しお,こしょう,うすくちしょうゆ,ちゅうかだし,とりがらスープ	22.9 g	2.8 g
27 きん (金)	コッペパン(小)	コア コアのむ ヨーグルト	○			コッペパン			702 kcal	
	ソースやきそば				ぶたにく	やきそばめん,こめあぶら	キャベツ,たまねぎ,にんじん,ピーマン	とんかつソース,ウスターソース,こしょう,さけ,こいくちしょうゆ	32.1 g	
	や　さい 野菜ととり肉のスープ				とりにく	じゃがいも,オリーブあぶら	たまねぎ,チンゲンサイ,にんにく,しょうが	しお,コンソメ,うすくちしょうゆ,とりがらスープ	16.6 g	
	よう ミニ洋なしゼリー					みかんゼリー			3.1 g	

\* 材料購入等の都合により献立を変更する場合があります。



2月頃が旬のたべもの  
だいこん、はくさい、こまつな、ほうれんそう、かぶ、ブロッコリー、カリフラワー、みずな、ほんかん など