

令和6年度

2月こんだまびょう



大阪府立摂津支援学校（給食室）

2月3日（月）



こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
いわしの かば焼き	いわし しょうが しょうゆ さけ かたくりこ あげあぶら しょうゆ みりん さとう ごま	80
じる さつま汁	ぶたにく さつまいも だいこん にんじん 青ねぎ みそ けずりぶし だしこんぶ	10 30 30 10 5
せつぶんまめ 節分豆	せつぶんまめ	1こ
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
762kcal	36.3g	23.8g

2月4日（火）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
とりまはん 鶏ごぼ混ぜご飯	きんしょうけんこうまい とりにく ごぼう にんじん しょうが だしこんぶ・けずりぶし しょうゆ・うすくちしょうゆ さとう みりん さけ ゴマあぶら	75 25 20 15
あかうおさいきょうや 赤魚の西京焼き	あかうお しろみそ・さけ みりん うすくちしょうゆ	80
かきたま汁	とうふ たまご にんじん しいたけ 青ねぎ うすくちしょうゆ しお かたくりこ みりん だしこんぶ けずりぶし	20 20 15 5 4
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
630kcal	38.1g	18.1g

2月5日（水）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
ぶたどん みぞれ豚丼 (ごはん)	きんしょうけんこうまい	90
く (具)	ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ だいこん しょうが・にんにく ほんす しょうゆ・さけ さとう・しお みりん ゴマあぶら だしこんぶ けずりぶし	40 55 20 4 60
はくさい 白菜とがんもどき のみそ汁	はくさい だいこん にんじん がんもどき 青ねぎ みそ けずりぶし だしこんぶ	30 15 10 10 2
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
648kcal	25.8g	19.3g

2月6日（木）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
しょく 食パン	しょくパン	70
マーマレード	とりにく たまねぎ にんにく しろワイン マーマレード しょうゆ こしょう	90 30
チキン	じゃがいも にんじん たまねぎ きゅうり ベーコン エッグケア しお こしょう	40 10 15 10 10
ポテトサラダ	きのこ えのき にんじん エリンギ たまねぎ ハム しお こしょう コンソメ しょうゆ	10 10 10 25 10
ハムのスープ	ぎゅうにゅう 牛乳	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
813kcal	37.4g	40.4g

2月7日（金）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
みそカツ	ぶたにく しお・こしょう はくりきこ・エッグケア ばんこ・あげあぶら (ソース) あかみそ・さけ さとう だしこんぶ・けずりぶし	60
キャベツの あ ゆかり和え	キャベツ にんじん もやし ゆかり・うすくちしょうゆ	30 10 40
じる けんちん汁	とりにく とうふ ごぼう・だいこん にんじん・青ねぎ さといも こんにゃく だしこんぶ・けずりぶし しお・みりん しょうゆ・うすくちしょうゆ さけ・ゴマあぶら	8 20
ちゅうがくぶ 中学部 そつぎょう 卒業 リクエスト こんだて 献立	ツナ きゅうり キャベツ にんじん わかめ 青じそドレッシング	10 20 30 10
ツナサラダ	ツナ きゅうり キャベツ にんじん わかめ 青じそドレッシング	10 20 30 10
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
911kcal	33.9g	31.6g

2月10日（月）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
とりにく に 鶏肉のうま煮	とりにく しょうが あつあげ にんじん たけのこ じゃがいも れいとういんげん だしこんぶ けずりぶし さとう うすくちしょうゆ さけ みりん あぶら	45 35 20 20 60 4
ツナサラダ	ツナ きゅうり キャベツ にんじん わかめ 青じそドレッシング	10 20 30 10
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
790kcal	33.9g	32.1g

2月12日（水）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
スパゲッティ ミートソース (パスタ)	スパゲッティ しお・オリーブ油	75
(ソース)	ぶたひきにく なす にんじん たまねぎ にんにく セロリ マッシュルーム パセリ・あぶら トマトかん・ケチャップ ウスターソース しお・こしょう かたくりこ さとう しょうゆ コンソメ あかワイン	40 30 30 50
フレンチサラダ	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし あぶら・す・しお さとう・こしょう ぶどうゼリー	40 10 30 5 1こ
ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	1こ
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
756kcal	27.0g	24.1g

2月13日（木）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料	
セルフ ハンバーガー (パン)	コッパン	70
(ハンバーグ)	ぶたひきにく ぎゅうひきにく たまねぎ あぶら とうけつたまご ばんこ・ぎゅうにゅう しお・こしょう コンソメ	45 35 30
ハンバーグ	キャベツ	40
(ケチャップ)	ケチャップミニ	1こ
ミネストローネ	ウィンナー れいとういんげん たまねぎ はくさい じゃがいも にんじん トマトかん しお・こしょう コンソメ・さとう うすくちしょうゆ パセリ	10 5 20 20 15
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	ししつ
755kcal	35.5g	36.0g

2月14日(金)

献立名	使用材料	量
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
わかめごはん	たきこみわかめ	
しゃげ なんぼんづ 鮭の南蛮漬け	しゃげ	60
	かたくりこ・あげあぶら	
	しょうゆ	
	みりん	
	さとう	
	す	
先生リクエスト	にんじん	10
こんだて!	たまねぎ	20
	ピーマン	10
	あぶら	
ぶたじる 豚汁	ぶたにく	15
	さといも	10
	ごぼう	10
	だいこん	20
	にんじん	10
	こんにゃく	10
	とうふ	20
	青ねぎ	2
	だしこんぶ・けずりぶし	
	うすくちしょうゆ	
	さけ	
	みそ	
	あぶら	
ジュース	グレープジュース	200
エネルギー	たんぱくしつ	733kcal
	ししつ	27.4g
		17.5g

2月17日(月)

献立名	使用材料	量
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
ブルコギ	ぎゅうにく	30
	にんじん	30
	もやし	40
	たまねぎ	35
	にら	5
	しめじ	10
	にんにく	
	さけ・さとう	
	しょうゆ・やきにくのたれ	
	コチュジャン	
	しお	
	こしょう	
	ごま	
	ゴマあぶら	
ちんげんさい 青梗菜と	ベーコン	10
	えのき	10
	しめじ	10
きのこのスープ	チンゲンサイ	15
	たまねぎ	15
	とりがらスープ	
	ちゅうかスープのもと	
	さけ・うすくちしょうゆ	
	しお・こしょう	
	かたくりこ	
	あぶら	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	637kcal
	ししつ	23.3g
		21.3g

2月18日(火)

献立名	使用材料	量
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
サバテキ	さば	80
	にんにく	
	たまねぎ	
	さとう	
	みりん	
	しょうゆ	
	ケチャップ	
	ウスターソース	
	しお	
	こしょう	
	あぶら	
	かたくりこ	
ぶたにく 豚肉のはりはり汁	ぶたにく	10
	とうふ	20
	あぶらあげ	5
	みすな	8
	にんじん	10
	うすくちしょうゆ	
	さけ	
	しお	
	けずりぶし	
	だしこんぶ	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	713kcal
	ししつ	35.2g
		27.8g

2月19日(水)

献立名	使用材料	量
キーマカレー (ごはん)	きんしょうけんこうまい	90
(ルウ)	ぶたひきにく	35
	ぎゅうひきにく	25
	たまねぎ	65
	にんじん	45
	なす	30
	れんこん	15
	にんにく	
	あぶら	
	コンソメ	
	ケチャップ	
	ウスターソース	
	しお・こしょう	
	カレールウ	
	あかワイン	
キャベツのスープ	ベーコン	10
	キャベツ	30
	たまねぎ	20
	もやし	20
	にんじん	10
	とりがらスープ	
	ちゅうかスープのもと	
	さけ・うすくちしょうゆ	
	しお・こしょう	
	あぶら	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	803kcal
	ししつ	28.6g
		33.2g

2月25日(火)

献立名	使用材料	量
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
ふりかけ	しそかつお	1こ
にくやさいいた 肉野菜炒め	ぶたにく	25
	たまねぎ	40
	にんじん	15
	キャベツ	60
	もやし	40
	にら	5
	しょうが・にんにく	
	しょうゆ	
	さけ	
	しお	
	こしょう	
	さとう	
	あぶら	
じゃがたま汁	じゃがいも	40
	たまねぎ	30
	あつあげ	15
	青ねぎ	4
	だしこんぶ	
	けずりぶし	
	みそ	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	670kcal
	ししつ	27.5g
		20.6g

2月26日(水)

献立名	使用材料	量
野菜ラーメン (めん)	ラーメン	200
(具)	ぶたにく	30
	にんじん	20
	もやし	35
	はくさい	40
	青ねぎ	5
	しょうが・にんにく	
	さけ・しょうゆ	
	ちゅうかスープのもと	
	みそ・しろみそ	
	しお	
	こしょう	
	ゴマあぶら	
	トウバンジャン	
ツナポテト	じゃがいも	35
	キャベツ	25
	ツナ	10
	にんじん	5
	さとう	
	しお	
	しょうゆ	
	す	
	ゴマあぶら	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	596kcal
	ししつ	30.0g
		18.4g

2月27日(木)

献立名	使用材料	量
はんご飯	きんしょうけんこうまい	90
とりにく 鶏肉の	とりにく	90
	青ねぎ	
	しょうが	
	みそ・さとう	
	さけ・エッグケア	
	しょうゆ	
じゃこキャベツ	キャベツ	40
	きゅうり	20
	しらす干し	
	しおこんぶ	
	ゴマあぶら	
こもくじる 五目汁	だいこん	30
	にんじん	15
	たまねぎ	20
	たけのこ	10
	しめじ	5
	あぶらあげ	5
	青ねぎ	2
	しょうが	
	だしこんぶ・けずりぶし	
	しお・さけ	
	しょうゆ・うすくちしょうゆ	
	みりん	
	かたくりこ	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	200
エネルギー	たんぱくしつ	793kcal
	ししつ	34.0g
		32.2g

2月28日(金)

献立名	使用材料	量
おさつパン	おさつパン	70
しゃげ しろ 鮭の白みそ	しゃげ	20
	しろワイン	
	マカロニ	13
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	はくさい	35
	しめじ	5
しょうがくぶ 小学部	しお・こしょう	
そつぎょう 卒業	みそ・しろみそ	
	とりがらスープ	
	バター	
リクエスト献立	ぎゅうにゅう	
	はくりきこ	
	チーズ	
	コンソメ	
こまつな 小松菜と	ベーコン	10
	にんじん	10
	こまつな	15
ベーコンのスープ	たまねぎ	15
	とりがらスープ	
	コンソメ・さけ	
	うすくちしょうゆ	
	しお・こしょう	
	あぶら	
	かたくりこ	
ジュース	オレンジジュース	200
エネルギー	たんぱくしつ	732kcal
	ししつ	27.3g
		45.9g

小学部1・2・3年生はこの献立の7割の量、4・5・6年生は8割の量です。

献立は材料の都合により変更することがあります。

- ◆給食で使用しているエッグケアは卵不使用のマヨネーズです。
- ◆1つのメニューで配缶が分かれている場合は、()で表記しています。