



■ 献立表は学校ホームページでもご覧いただけます。

ぜひご活用ください

←思齊支援学校学校網



令和8年1月 学校給食献立表



大阪府立思斎支援学校

1月21日(水)		1月22日(木)		1月23日(金)		1月26日(月)		1月27日(火)		1月28日(水)		1月29日(木)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【アシドミルクPLUS】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	アシドミルクPLUS	180	牛乳	206
【ごはん】		【ごはん】		【練乳ツイスト】		【ごはん】		【ビビンバ】		【ポークカレーライス】		【ミルマーク(コーヒー)】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	練乳ツイスト	1個	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	ミルマーク(コーヒー)	1個
【筑前煮】		【さわらの塩こうじ焼き】		【鶏肉のガーリック焼き】		【マーボー豆腐】		鶏ひき肉	60.0	豚モモ(脂身付き)	40.0	【きなこ揚げパン】	
鶏肉もも(皮付き)	75.0	さわら(骨なし)	70.0	鶏肉もも(皮付き)	70	とうふ	74.0	にんにく	0.3	じゃがいも	35.0	コッペパン	1個
れんこん	20.0	料理酒	1.0	にんにく	0.3	豚ひき肉	50.0	ごま油	0.7	たまねぎ	50.0	なたね油(揚げ油)	6.0
にんじん	20.0	本みりん	4.0	白ワイン	1.5	たまねぎ	40.0	三温糖	2.2	にんじん	15.0	グラニュー糖	6.0
しいたけ	10.0	こいくちしょうゆ	1.0	食塩	0.2	にら	5.0	料理酒	1.5	マッシュルーム	6.4	きなこ	6.0
洗いごぼう	15.0	塩こうじ	6.5	こしょう	0.02	にんじん	15.0	こいくちしょうゆ	3.0	にんにく	0.5	【ポークビーンズ】	
板こんにゃく	9.7	【五目豆】		こいくちしょうゆ	1.0	白ねぎ	5.0	コチジャン	0.8	しょうが	0.5	豚モモ(脂肪なし)	30.0
なたね油	1.0	大豆(水煮)	20.0	オリーブ油	0.5	しょうが	0.5	だいこん	40.0	なたね油	0.5	赤ワイン	2.0
三温糖	2.0	にんじん	15.0	【カリフラワーのピクルス】		にんにく	0.5	ほうれんそう(冷凍)	30.0	食塩	0.2	にんにく	0.5
本みりん	1.5	干し椎茸	1.0	カリフラワー(冷凍)	30.0	干し椎茸	0.5	りょくどうもやし	15.0	ローレル	0.01	なたね油	1.0
うすくちしょうゆ	1.2	刻み昆布	1.0	たまねぎ	20.0	なたね油	0.5	にんじん	15.0	アレルゲンフリー・カレーフレーク	15.0	大豆(水煮)	20.0
こいくちしょうゆ	2.5	三温糖	1.7	黄パプリカ	10.0	赤だし味噌	5.1	三温糖	1.4	ウスター・ソース	1.0	キャベツ	50.0
かつお・こんぶだし	40.0	うすくちしょうゆ	3.0	三温糖	0.8	トウバンジャン	0.3	食塩	0.2	りんごピューレ	4.2	にんじん	10.0
【大根の甘酢あえ】		本みりん	3.0	食塩	0.2	料理酒	1.0	こいくちしょうゆ	2.9	とりがらスープ	4.2	たまねぎ	25.0
だいこん	55.0	かつお・こんぶだし	15.0	米酢	0.8	三温糖	0.8	ごま油	0.6	【野菜マリネ】		じゃがいも	40.0
にんじん	15.0	【豚汁】		うすくちしょうゆ	0.2	こいくちしょうゆ	2.0	【中華スープ】		たまねぎ	40.0	トマト(缶)	31.7
三温糖	1.8	豚ばら(脂身付)	30.0	【ミネストローネ】		テンメンジャン	2.0	とうふ	30.0	ピーマン	20.0	トマトケチャップ	2.2
食塩	0.3	だいこん	20.0	カットワインナー	10.0	ごま油	0.5	小松菜(冷凍)	30.0	赤パプリカ	10.0	コンソメ	2.0
米酢	1.2	じゃがいも	30.0	大豆(水煮)	10.0	片栗粉	1.0	たまねぎ	15.0	三温糖	1.5	食塩	0.5
【あつあげのみそ汁】		にんじん	10.0	たまねぎ	30.0	【もやしとにんじんの中華あえ】		にら	5.0	米酢	1.5	こしょう	0.02
あつあげ	20.0	つきこんにゃく	10.0	にんじん	10.0	りょくどうもやし	40.0	にんじん	10.0	食塩	0.2	【ブロッコリーのサラダ】	
じゃがいも	30.0	赤みそ	7.0	じゃがいも	35.0	にんじん	15.0	干し椎茸	0.5	うすくちしょうゆ	0.4	ブロッコリー(冷凍)	28.9
小松菜(冷凍)	30.0	白みそ	7.0	ぶなしめじ	7.0	三温糖	2.0	しょうが	0.5	【ブルーベリーゼリー】		キャベツ	30.0
りょくどうもやし	20.0	だしこんぶ	0.5	にんにく	0.2	米酢	2.5	こいくちしょうゆ	1.4	ブルーベリーゼリー	40.0	三温糖	1.0
えのきたけ	7.0	かつおぶし	2.5	トマト(缶)	15.0	中華スープ	0.5	食塩	0.2			食塩	0.2
赤みそ	9.9			トマトケチャップ	19.7	ごま油	0.5	こしょう	0.02			米酢	1.0
白みそ	7.5			とりがらスープ	9.8	【中華ポテト】		うすくちしょうゆ	0.6			うすくちしょうゆ	0.5
だしこんぶ	0.5			食塩	0.6	さつまいも	60.0	中華スープ	1.3			オリーブ油	1.0
かつおぶし	2.5			こしょう	0.03	なたね油(揚げ油)	5.0	【国産やさいゼリー】					
				オリーブ油	0.7	三温糖	3.0	国産やさいゼリー	80.0				
				三温糖	1.0	こいくちしょうゆ	0.5						
				コンソメ	1.2	本みりん	1.0						

全国学校給食週間



エネルギー 770キロカロリー

エネルギー 806キロカロリー

エネルギー 769キロカロリー

エネルギー 809キロカロリー

エネルギー 684キロカロリー

エネルギー 704キロカロリー

エネルギー 760キロカロリー

1月30日(金)	
献立名／食品名	グラム
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0
【鶏肉のからあげ】	
鶏肉もも(皮付き)	90.0
料理酒	1.8
しょうが	0.9
にんにく	1.0
食塩	0.5
こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1.7
片栗粉	10.0
なたね油(揚げ油)	6.0
【白菜と大葉の香味あえ】	
はくさい	50.0
にんじん	10.0
しそ葉	1.0
こいくちしょうゆ	3.5
三温糖	2.0
【なめこのみそ汁】	
小松菜(冷凍)	20.0
たまねぎ	30.0
なめこ(ゆで)	10.0
りょくとうもやし	20.0
赤みそ	8.5
白みそ	6.5
だしこんぶ	0.5
かつおぶし	2.0



きゅう
しょく
しゅう
かん
給食週間

エネルギー 789キロカロリー



全国学校給食週間とは・・・

1946年(昭和21年)12月24日にユニセフからララ(アジア救援公認団体)を通じて寄贈された物資(脱脂ミルクや缶詰など)によって、戦争のために中断されていた学校給食が東京、神奈川、千葉などで再開されました。

そこで、この日が学校給食再開の記念の日となりましたが、冬季休業の関係上、1月24日を学校給食感謝の日とし、1月24日から30日までの1週間を全国学校給食週間として、給食についての理解と関心を深める週間になりました。

本校では26日~30日に取組みを行います。

