

令和4年度 1月こんだてひょう 大阪府立岸和田支援学校								
日	主食 きいろ	ミルク あか	こんだてめい	きいろ ねつやちからのもと	あか からだをつくるもと	みどり からだのちようしをととのえる	ちようみりよう	エネルギー タンパク質 脂質
11 (水)	 キーマカレー	 ヨーグルト	キーマカレー 小5リクエスト	あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが にんにく	カレールウ ソース ケチャップ コンソメ	650 24.2 18.8
			はくさいのサラダ (げんえんわふうドレッシング)	げんえんわふうドレッシング	ツナ	はくさい こまつな とうもろこし		
12 (木)	 こくとうパン 小	 ぎゅうにゅう	ソースやきそば 小3リクエスト	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン にんにく	ソース ケチャップ しお こしょう	617 29.6 18.3
			こまつなのにびたし	さとう	ちくわ	こまつな はくさい	かつおだし しょうゆ みりん	
			みかんかん 小3リクエスト			みかんかん		
13 (金)	 せきはん	 ぎゅうにゅう	せきはん	もちごめ あずき			しお	665 32.0 21.7
			ぶりのてりやき	さとう かたくりこ	ぶり		しょうゆ さけ	
			にしめ	さとう		たけのこ にんじん ほしいたけ さやいんげん	かつおだし さけ しょうゆ みりん	
			きんときにんじんの こうはくおぞうに	さといも	みそ	だいこん にんじん みつば	かつおだし さけ	
16 (月)	 ツナピラフ	 ぎゅうにゅう	ツナピラフ	オリーブオイル	ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン	コンソメ しお ワイン しょうゆ ガラだし	637 25.6 15.5
			ミネストローネ 中3リクエスト	じゃがいも	ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ にんにく パセリ とうもろこし マッシュルーム トマトかん	ビューレ ガラだし ワイン しお こしょう ソース	
			ソファールヨーグルト(いちご) 中1・高2リクエスト		ソファールヨーグルト (いちご)			
17 (火)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	おでん	じゃがいも	あつあげ ちくわ	だいこん にんじん	かつおだし さけ しょうゆ しお	570 22.7 15.9
			さやいんげんの ごまあえ 小3リクエスト	ごま さとう		さやいんげん	しょうゆ	
18 (水)	 ちゅうかどん	 ぎゅうにゅう	ちゅうかどん	さとう ごまあぶら かたくりこ	ぶたにく えび	はくさい たまねぎ にんじん ピーマン ほしいたけ にんにく しょうが	ちゅうかだし さけ しょうゆ	618 29.5 16.1
			はるさめの ちゅうかあえ 高1・高2リクエスト	はるさめ さとう ごまあぶら	ハム わかめ	きゅうり にんじん	しょうゆ す	
19 (木)	 しよくパン (いちごジャム)	 ぎゅうにゅう	とりにくの からあげ 小1・小4・小5・小6・ 高3 リクエスト	あぶら かたくりこ	とりにく	にんにく しょうが	しょうゆ さけ しお こしょう	555 30.5 21.9
			そえやさい			ブロッコリー とうもろこし	しお	
			ハムとはくさいのスープ (いちごジャム)		ハム	はくさい たまねぎ にんじん しいたけ えのき しめじ	ガラだし しょうゆ さけ ワイン	
20 (金)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	いりどうふ	さとう かたくりこ	ぶたにく たまご とうふ	たまねぎ にんじん ほしいたけ さやいんげん	かつおだし さけ しょうゆ	659 37.9 21.8
			はくさいとささみのゆずふうみ	さとう	とりにく	はくさい にんじん しめじ ゆずかじゅう	かつおだし さけ しょうゆ	
			のりかつおふりかけ 高3リクエスト		のりかつおふりかけ			

*献立は材料購入の都合により多少変更することがあります。

しんねん あ
新年明けましておめでとうございます

あたら しい年を迎え、気持ちも新たに三学期がスタートしまし
た。今年も安全で安心、そしておいしい給食を作っていきます
ので、よろしくお願いいたします。



1月13日(金) 行事食(お正月)

お正月に食べるお祝い料理を「おせち」料理といひ
ます。それぞれの料理には、新しい年に込めた願い
がこもっています。さらにお正月は台所仕事をひと
休みして、家族でなるべくゆっくりしたいという意味
もあり、温めなおさないで食べられ、日持ちする料理
が多いです。給食ではその一部を紹介します。

ぶり・・・出世魚(成長するにつれて呼び名が変わる
魚)なので、出世を願って、おせち料理に
使われます。
にしめ・・・いくつかの野菜をいっしょに煮ることから、
家族が仲良く結ばれるという意味があります。



令和4年度			1月こんだてひょう		大阪府立岸和田支援学校			
日	主食 きいろ	ミルク あか	こんだてめい	きいろ ねつやちからのもと	あか からだをつくるもと	みどり からだのちょうしをととのえる	ちょうみりょう	エネルギー タンパク質 脂質
23 (月)	 ごはん	 ぎゅうにゅう	ぎゅうにくの やきにくのタレいため	中1・高1リクエスト	あぶら	ぎゅうにく	たまねぎ にんじん ピーマン きピーマン にんにく	やきにくのタレ しお こしょう
			キャベツのみそしる			あぶらあげ みそ わかめ	キャベツ ねぎ	さけ
全国学校給食週間 1月24日(火)～1月30日(月)								
24 (火)	 セルフ ハンバーガー	 ぎゅうにゅう	セルフハンバーガー	小3・中3リクエスト		バーガーパーティ (ぶたにく)	キャベツ にんじん	ケチャップ
			ウインナーと野菜のスープ	じゃがいも	ウインナー	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	ガラだし しお ワイン しょうゆ	
			りんごゼリー	小1・小2・小4・中1・ 高2 リクエスト			りんごゼリー	
25 (水)	 ぶたキムチ どんぶり	 ぎゅうにゅう	ぶたキムチ どんぶり	小2リクエスト	さとう ごま かたくりこ	ぶたにく	はくさい はくさいキムチ にんじん にら ほししいたけ にんにく ピーマン	ガラだし しょうゆ コチュジャン オイスター ちゅう かだし
			かんこくふうサラダ		ごまあぶら さとう		キャベツ にんじん にんにく きゅうり	す しょうゆ
26 (木)	 あげパン 小	 ぎゅうにゅう	あげパン	小3・中2・高3 リクエスト	コッペパン さとう あぶら	きなこ		
			とりにくの てりやき	小6・高1リクエスト	さとう かたくりこ	とりにく	しょうが	しょうゆ みりん さけ
			ぐだくさんみそしる	高2・高3リクエスト	じゃがいも	あぶらあげ みそ	さやいんげん キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ	さけ かつおだし
			ミルメーク(コーヒーあじ)		ミルメーク(コーヒーあじ)			
27 (金)	 ざっこくごはん	 ぎゅうにゅう	ざっこくごはん		ざっこく			
			さばのみそに	中1リクエスト	さとう	さば みそ	しょうが ねぎ	さけ みりん しょうゆ
			とうふときのこのすましじる			とうふ	えのき しめじ はくさい みつば	かつおこんぶだし しょうゆ みりん
30 (月)	 セルフ オムライス	 のむ ヨーグルト	セルフオムライス (ケチャップ)	小5・中3リクエスト	あぶら	とりにく たまごシート	にんじん たまねぎ マッシュルーム	ケチャップ ワイン しお コンソメ
			そえやさい				ブロッコリー とうもろこし	しお こしょう
			ベーコンとやさいのチャウダー	じゃがいも コーンスターチ	ベーコン とうにゅう	にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ マッシュルーム	ガラだし コンソメ しお	
31 (火)	 チャーハン	 ぎゅうにゅう	チャーハン	小1・小4・中2・ 高3 リクエスト	あぶら	やきぶた	にんじん たまねぎ	ちゅうかだし しょうゆ さけ
			あげぎょうざ			ぎょうざ		
			ちゅうかごもくスープ		はるさめ かたくりこ		たまねぎ チンゲンサイ にんじん ほししいたけ はくさい	がうだし しょうゆ さけ しお

こんだて ざいりょうこうにゅう つごう たしやう へんこう
*献立は材料購入の都合により多少変更することがあります。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。
本校の今年のテーマは「リクエスト給食週間」です。
今月は、各クラスからのリクエストメニューをたくさん取り
入れた献立になっています。お楽しみに♪



おお
＜リクエストが多かったメニュー＞

- ☆第1位☆ とりにくのからあげ、ゼリー
- ☆第2位☆ ぎょうざ（あげぎょうざ）
- ☆第3位☆ あげパン

こんだて い
献立に入れられなかったリクエストメニューもありましたの
で、今後の献立作成の参考にさせていただきたいと思います。
たくさんのリクエストを、ありがとうございました♪



いのち かんしゃ
「いただきます」は、命への感謝。
ひと かんしゃ
「ごちそうさま」は、人への感謝。