

令和7年度

1月 こんだまびょう

給食の写真



摂支内第 3-9 号

大阪府立摂津支援学校（給食室）

1月9日（金）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料
カレーライス （ご飯） （ルウ） 	金賞健康米 豚肉モモ なたね油 にんにく 玉葱 じゃがいも にんじん カレーウ ウスターソース トマトピューレ 濃口醤油 とんかつソース 赤ワイン 水
む どり 蒸し鶏サラダ 	きゅうり りょくとうもやし にんじん 鶏肉ささ身 薄口醤油 米酢 三温糖 ごま油
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	694kcal 26.6g 18.7g

1月13日（火）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料
おさつパン マーマレード チキン 	おさつパン 鶏肉モモ(皮付き) 玉葱 にんにく 白ワイン マーマレード 濃口醤油 黒こしょう
マカロニサラダ 	マカロニ きゅうり 玉葱 にんじん ベーコン エッグケア 食塩 黒こしょう
はくさい そぼろスープ 	はくさい 豚ひき肉 にんじん しょうが 酒 薄口醤油 鶏がらスープ チキンコンソメ 食塩 黒こしょう なたね油 水
ジュース	アップル&キャ ロット
エネルギー たんぱくしつ ししつ	839kcal 32.2g 30.2g

1月14日（水）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料
カミカミ ^{どん} （ご飯）  カミカミ こんだて 献立	金賞健康米 豚肉モモ にんじん ささがきごぼう えのきだけ たけのこ水煮 冷凍いんげん つきこんにやく 青ピーマン 薄口醤油 三温糖 本みりん トウバンジャン なたね油
さつ ^じ まい汁	豚肉モモ さつまいも だいこん にんじん 厚揚げ 青ねぎ みそ 削節 出し昆布 水
りんごゼリー	りんごゼリー
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	775kcal 30.6g 24.3g

1月15日（木）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料
せきばん 赤飯  ごま塩 て ^や の照り焼き  こうはく 紅白なます こしょうがつ 小正月 こんだて 献立	金賞健康米 赤飯の素 ごま塩 骨なしぶり 酒 食塩 しょうが 三温糖 酒 本みりん 濃口醤油 かたくり粉 水 だいこん にんじん 米酢 三温糖 食塩 ゆず果汁 白玉だんご にんじん さといも(冷凍) だいこん 青ねぎ 出し昆布 削節 白みそ 水
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	751kcal 30.6g 21.0g

1月16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  にくやさいいた 肉野菜炒め 	金賞健康米 豚肉モモ 玉葱 にんじん キャベツ りょくとうもやし にら しょうが にんにく 濃口醤油 酒 食塩 黒こしょう 三温糖 なたね油 はくさい だいこん にんじん 油揚げ 青ねぎ みそ 削節 出し昆布 水
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	600kcal 23.2g 16.8g

1月19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  さば あお たつた 鯖の青のり竜田 とうひょう 投票メニュー だい 第5位 はくさい 白菜ときゅうり のおひたし  キャベツの みそ汁 	金賞健康米 骨なしさば しょうが 濃口醤油 酒 かたくり粉 あおさ粉 揚げ油 はくさい きゅうり にんじん 濃口醤油 酒 食塩 本みりん 三温糖 鶏肉モモ(皮なし) 木綿豆腐 キャベツ にんじん ぶなしめじ 青ねぎ みそ 出し昆布 削節 水
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	778kcal 35.8g 31.4g

1月20日（火）

こんだてめい 献立名	しょうざいりょう 使用材料
ガバオライス （ご飯） （具） とうひょう 投票メニュー だい 第4位  フォー	金賞健康米 豚ひき肉 にんじん 玉葱 ぶなしめじ 青ピーマン 赤パプリカ にんにく ごま油 酒 濃口醤油 本みりん オイスターソース 三温糖 食塩 黒こしょう ナンプラー バジル(乾) かたくり粉 鶏肉モモ(皮なし) 白ねぎ にんじん えのきだけ りょくとうもやし みずな フォー なたね油 酒 鶏がらスープ 本みりん 濃口醤油 食塩 黒こしょう ナンプラー
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	712kcal 31.0g 23.1g

1月21日（水）

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 ハニーコンボ チキン とうひょう 投票メニュー だい 第3位  ツナともやしの サラダ  キムチと はるさめ 春雨のスープ 	金賞健康米 鶏肉モモ(皮付き) 酒 レモン(果汁) 食塩 黒こしょう かたくり粉 米粉 水 揚げ油 濃口醤油 にんにく はちみつ オイスターソース 本みりん きゅうり りょくとうもやし にんじん ツナ 濃口醤油 米酢 三温糖 ごま油 豚ひき肉 にんじん 玉葱 はくさいキムチ しいたけ チンゲンツァイ はるさめ 中華スープの素 本みりん 酒 濃口醤油 食塩 黒こしょう ごま油 水
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	886kcal 34.7g 34.5g

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）		1月30日（金）	
献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料	献立名	しょうざいりょう 使用材料
セルフハンバーガー （丸パン） （ハンバーグ） とうひょう 投票メニュー だいい 第2位  （ケチャップ） （ゆでキャベツ） かぶの コンソメスープ  ぎゅうにゅう 牛乳	丸パン 豚ひき肉 牛ひき肉 玉葱 なたね油 エッグケア パン粉 牛乳 食塩 黒こしょう チキンコンソメ ケチャップミニパック キャベツ ベーコン かぶ にんじん 玉葱 セロリー チキンコンソメ 濃口醤油 薄口醤油 黒こしょう 食塩 なたね油 水 ぎゅうにゅう	ジャージャー麺 （ラーメン） （具） とうひょう 投票メニュー だいい 第1位  もやしのスープ やさいゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	ラーメン 豚ひき肉 たけのこ水煮 ぶなしめじ にんじん 白ねぎ しょうが にんにく トウバンジャン テンメンジャン みそ 酒 三温糖 濃口醤油 オイスターソース 食塩 中華スープの素 ごま油 水 かたくり粉 ベーコン りょくとうもやし ぶなしめじ にんじん にら ごま油 鶏がらスープ 薄口醤油 食塩 黒こしょう 水 やさいゼリー ぎゅうにゅう	はん ご飯 さといも 里芋の に そぼろ煮  しらあ 白和え  ぎゅうにゅう 牛乳	金賞健康米 豚ひき肉 さといも(冷凍) 玉葱 にんじん 冷凍いんげん しょうが 三温糖 濃口醤油 本みりん 食塩 酒 なたね油 削節 出し昆布 かたくり粉 水 木綿豆腐 絹ごし豆腐 ちくわ にんじん ほうれんそう 酒 三温糖 白みそ 薄口醤油 本みりん 白ごま ぎゅうにゅう	はん ご飯 とり て や 鶏の照り焼き かいそう 海藻サラダ（ツナ）  のっぺい汁  ぎゅうにゅう 牛乳	金賞健康米 鶏肉モモ(皮付き) しょうが 濃口醤油 本みりん 酒 三温糖 水 かたくり粉 ほしひじき 生わかめ キャベツ きゅうり ツナ 薄口醤油 米酢 ごま油 三温糖 豚肉モモ だいこん にんじん さといも(冷凍) ささがきごぼう つきこんにゃく 厚揚げ 青ねぎ しょうが 出し昆布 削節 薄口醤油 濃口醤油 食塩 酒 本みりん 水 かたくり粉 なたね油 ぎゅうにゅう	みぞれ豚丼 （ご飯） （具）  みそけんちん  の 飲むヨーグルト	金賞健康米 豚肉モモ 玉葱 にんじん 青ねぎ だいこん しょうが にんにく ボン酢 濃口醤油 酒 三温糖 食塩 本みりん ごま油 出し昆布 削節 水 鶏肉モモ(皮付き) 木綿豆腐 だいこん にんじん 青ねぎ さつまいも つきこんにゃく 出し昆布 削節 みそ 酒 なたね油 水 アシドミルク	こくとう 黒糖パン しゃけ 鮭の や ポテサラ焼き  こまつな 小松菜と ベーコンのスープ  ぎゅうにゅう 牛乳	黒糖パン 骨なしトラウト 白ワイン じゃがいも にんじん 玉葱 とうもろこし缶 エッグケア ピザ用チーズ 有塩バター 食塩 黒こしょう バセリ(乾) ベーコン にんじん ぶなしめじ こまつな 玉葱 鶏がらスープ チキンコンソメ 酒 薄口醤油 食塩 黒こしょう なたね油 かたくり粉 水 ぎゅうにゅう	はん ご飯 まーぼーどうふ 麻婆豆腐  ちんげんさい 青梗菜と もやしのスープ ぎゅうにゅう 牛乳	金賞健康米 豚ひき肉 冷凍豆腐 食塩 黒こしょう しょうが にんにく 青ねぎ ぶなしめじ たけのこ水煮 玉葱 にんじん 水 中華スープの素 鶏がらスープ 酒 三温糖 濃口醤油 みそ テンメンジャン かたくり粉 トウバンジャン なたね油 ベーコン にんじん りょくとうもやし チンゲンツァイ 玉葱 鶏がらスープ 中華スープの素 酒 薄口醤油 食塩 黒こしょう なたね油 かたくり粉 水 ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	743kcal 34.0g 34.9g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	707kcal 33.4g 25.6g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	675kcal 25.0g 18.5g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	814kcal 37.9g 33.2g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	719kcal 26.4g 14.4g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	781kcal 39.6g 30.4g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	694kcal 29.4g 25.0g

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。