



10月のこんだて(前半)



藤 支 発 520 号  
令和 7 年 9 月 29 日  
大阪府立藤井寺支援学校  
校 長 高 田 清 将

十五夜の  
こんだて

日・曜日	主食 (黄色)	牛乳 (赤)	デザート	おかず	血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子をととのえるもの (緑)	調味料	学年別 小学部 中・高部 (kcal)
1・水				とりのからあげふう(カレーあじ)	とり肉	かたくり粉	にんにく、しょうが	酒、塩、しょうゆ、カレーこ	502
				そえやさい		オリーブ油	キャベツ、にんじん、ピーマン	塩	602
				レタスとじゃがいものスープ	ちくわ	じゃがいも、ごま油	レタス、えのきだけ	とりがら、塩、しょうゆ	
2・木				ぶたじゃが	ぶた肉	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	565
				ちんげんさいのおすまし	とうふ、あぶらあげ		ちんげんさい、だいこん、にんじん	しょうゆ、みりん、塩、かつおこんぶだし	678
3・金				まいだけごはん	ぎゅう肉	米、油	まいだけ、ほししいだけ	酒、塩、しょうゆ、砂糖	647
				れんこんのいために	とり肉	油、かたくり粉	玉ねぎ、れんこん、にんじん、ごぼう	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、かつおこんぶだし	776
				かぼちゃとみょうがのみそしる	みそ		かぼちゃ、だいこん、みょうが、にんじん	かつおこんぶだし	
6・月				ゆかりごはん		米、ごま		ゆかり	565
				さといもだんご	ぶた肉	さといも、かたくり粉、油	たまねぎ、みつば	酒、砂糖、しょうゆ、かつおこんぶだし	678
				とりだんごときのこのスープ	とりだんご		にんじん、しめじ、えのき、こまつな、しょうが	酒、みりん、塩、しょうゆ、かつおこんぶだし	
7・火				かぼちゃのスコップコロッケ	ぶたひき肉	油、オリーブ油、パン粉	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、パセリ	塩、こしょう、中濃ソース	576
				ミネストローネ	ベーコン	オリーブ油、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマト缶、セロリー、にんにく	とりがら、ケチャップ、赤ワイン、塩、しょうゆ、こしょう、砂糖、みりん	691
8・水				ぶたどん	ぶた肉	米	たまねぎ、にんじん	かつおこんぶだし、酒、砂糖、しょうゆ	617
				とりごぼうじる	とり肉		ごぼう、にんじん、ちんげんさい	かつおこんぶだし、酒、塩、しょうゆ、みりん	740
9・木				さけのみみじやき	さけ、みそ	エッグケアマヨネーズ	にんじん	酒、みりん	545
				だいこんときゅうりのあますいため	ちくわ	ごま油	だいこん、きゅうり、しょうが	砂糖、しょうゆ、塩、酢	654
				ほうれんそうのおすまし		じゃがいも	ほうれんそう、はくさい、にんじん、えのきだけ	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、みりん	
10・金				ぶたのかくに	ぶたばらブロック肉		だいこん、しょうが、こまつな	酒、みりん、黒砂糖、砂糖、しょうゆ	647
				はくさいゆずびたし			はくさい、にんじん、ゆず	かつおこんぶだし、塩、しょうゆ、みりん	776
14・火				さつまいもごはん		さつまいも、もち米、米		塩、酒、こんぶ	546
				とりにくとだいずのもの	とり肉、だいず		だいこん、にんじん	砂糖、しょうゆ、酒、みりん	655
				たまねぎのおすまし	あぶらあげ		たまねぎ、にんじん、えのきだけ、ねぎ	かつおこんぶだし、しょうゆ、酒、塩、みりん	
15・水				ハヤシライス	ぶた肉	米、じゃがいも、米粉、油	たまねぎ、にんにく、トマト缶	とりがら、赤ワイン、砂糖、塩、ケチャップ、ウスターソース、とんかつソース	607
				だいこんのレモンサラダ	チキンハム	オリーブ油	だいこん、きゅうり、にんじん、レモン汁	砂糖、塩、酢、しょうゆ	728
16・木				わふうおろしハンバーグ	チキン&ポークハンバーグ		だいこん、いとみつば	ボン酢しょうゆ、かつおだし	591
				ぶたじる	ぶた肉、みそ、とうふ、あぶらあげ	さつまいも	はくさい、にんじん	かつおこんぶだし	709

児童生徒に4月～7月に提供した給食の中で、もう1度食べたい給食のリクエストアンケートを7月に実施しました。10月はアンケートの結果小学部で人気だった上位1位～3位までの給食が、11月には中学部、高等部で1位～3位だった給食が登場します！

みなさん、お楽しみに！



※物資購入の都合により献立が変更になることもございますが、ご了承ください。