5月

がっこうきゅうしょく よていこんだて ひょう

学校給食予定献立表

大阪府立東住吉支援学校

2023年 5月 1日(月)

エネルギー量：661kcal	g
牛乳	
ごはん	
あじの蒲焼き	
キャベツと三度豆のゆかり和え	
じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	92
【あじの蒲焼き】	
まあじ	80
こいくちしょうゆ	1
清酒(純米酒)	2
しょうが	0
こいくちしょうゆ	4
本みりん	1
上白糖	4
水	6
かたくり粉	0
【キャベツと三度豆のゆかり和え】	
キャベツ	35
さやいんげん	30
ゆかり	0
上白糖	0
うすくちしょうゆ	2
【じゃがいもと玉ねぎのみそ汁】	
じゃがいも	45
玉葱	35
葉ねぎ	4
カットわかめ	0
油揚げ	5
米みそ	12
だし昆布	0
削り節	2
水	170

＜段階食＞

2023年 5月 2日(火)

エネルギー量：731kcal	g
牛乳	
牛肉のちらし寿司	
若竹汁	
子供の日デザート	
【牛乳】	
牛乳	206
【牛肉のちらし寿司】	
はいがまい	90
だし昆布	0
和牛肩ロース（赤肉）	50
干し椎茸	1
ごぼう	10
にんじん	15
さんどまめ(冷凍)	5
油	1
清酒(純米酒)	1
上白糖	7
食塩	0
こいくちしょうゆ	5
米酢	11
かつお昆布だし	0
【若竹汁】	
たけのこ(ゆで)	30
カットわかめ	4
木綿豆腐	30
葉ねぎ	5
うすくちしょうゆ	5
食塩	0
だし昆布	1
削り節	3
水	190
【子供の日デザート】	
子供の日デザート(ゼリー)	40

＜段階食＞

2023年 5月 8日(月)

エネルギー量：843kcal	g
牛乳	
アップルパン	
鶏肉のレモンバジル焼き	
かぼちゃサラダ	
キャベツのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【アップルパン】	
アップルパン	70
【鶏肉のレモンバジル焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
食塩	0
白こしょう	0
白ワイン	3
玉葱	1
にんにく	0
レモン(果汁、生)	2
バジル(粉)	0
オリーブ油	0
【かぼちゃサラダ】	
西洋かぼちゃ	50
玉葱	20
ショルダーベーコン	8
エッグケアドレッシング	10
米酢	0
うすくちしょうゆ	0
白こしょう	0
【キャベツのスープ】	
キャベツ	35
玉葱	25
りょくとうもやし	15
にんじん	15
ショルダーベーコン	8
コンソメ(粉末)	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180

＜段階食＞

2023年 5月 9日(火)

エネルギー量：705kcal	g
牛乳	
ごはん	
さわらの西京焼き	
ひじきの炒め煮	
白菜のすまし汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【さわらの西京焼き】	
さわら	80
白みそ	7
うすくちしょうゆ	2
清酒(純米酒)	2
本みりん	2
上白糖	2
【ひじきの炒め煮】	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	3
にんじん	6
油揚げ	5
つきこんにゃく	4
大豆(国産、ゆで)	15
さんどまめ(冷凍)	6
油	1
こいくちしょうゆ	4
本みりん	4
上白糖	2
清酒(純米酒)	2
削り節・昆布だし	18
【白菜のすまし汁】	
はくさい	35
だいこん	20
りょくとうもやし	20
ぶなしめじ	5
にんじん	15
かまぼこ	5
葉ねぎ	3
うすくちしょうゆ	5
食塩	0
だし昆布	0
削り節	2
水	180

＜段階食＞

2023年 5月10日(水)

エネルギー量：679kcal	g
牛乳	
ごはん	
味付けのり	
新じゃがいものそぼろ煮	
大根とキャベツのサラダ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【味付けのり】	
味付けのり	1
【新じゃがいものそぼろ煮】	
豚ひき肉	17
ちくわ	12
絹厚揚げ(冷凍)	25
じゃがいも	60
玉葱	40
にんじん	25
ぶなしめじ	12
さんどまめ(冷凍)	12
つきこんにゃく	8
油	1
上白糖	5
本みりん	2
こいくちしょうゆ	4
うすくちしょうゆ	3
削り節	1
だし昆布	0
水	65
【大根とキャベツのサラダ】	
だいこん	45
キャベツ	25
まぐろ缶詰(油漬ﾌﾚｰｸﾗｲﾄ)	10
米酢	2
こいくちしょうゆ	2
上白糖	2
食塩	0
白こしょう	0
ごま油	0

＜段階食＞

2023年 5月11日(木)

エネルギー量：818kcal	g
牛乳	
豆ごはん	
鶏肉の竜田揚げ	
もやしと白菜の柚子の香和え	
豆腐と小松菜のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【豆ごはん】	
はいがまい	95
うすいえんどう	16
だし昆布	0
食塩	1
清酒(純米酒)	2
【鶏肉の竜田揚げ】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
にんにく	1
しょうが	1
こいくちしょうゆ	2
うすくちしょうゆ	2
清酒(純米酒)	5
本みりん	2
かたくり粉	7
揚げ油	7
【もやしと白菜の柚子の香和え】	
りょくとうもやし	45
はくさい	40
にんじん	10
上白糖	2
食塩	0
米酢	1
ゆず(果汁、生)	1
【豆腐と小松菜のみそ汁】	
木綿豆腐	30
こまつな	20
玉葱	20
たけのこ(水煮缶詰)	10
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	2
水	190

＜段階食＞

2023年 5月12日(金)

エネルギー量：674kcal	g
牛乳	
ごはん	
回鍋肉	
じゃがいもの中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【回鍋肉】	
豚モモ(脂身付き)	60
清酒(純米酒)	2
キャベツ	45
白ねぎ	12
玉葱	20
青ピーマン	20
にんじん	25
干し椎茸	1
たけのこ(水煮缶詰)	10
にんにく	1
ごま油	1
こいくちしょうゆ	5
清酒(純米酒)	1
上白糖	1
テンメンジャン	3
赤みそ	1
八丁味噌	1
トウバンジャン	0
かたくり粉	1
【じゃがいもの中華スープ】	
じゃがいも	35
ロースハム	15
玉葱	15
とうもろこし(冷凍)	4
カットわかめ	0
鶏がらだし（粉末）	1
うすくちしょうゆ	3
食塩	0
白こしょう	0
水	190
＜段階食＞	

2023年 5月15日(月)

エネルギー量：733kcal	g
発酵乳	
うずまきパン	
マーマレードジャム	
ポークビーンズ	
ABCマカロニスープ	
【発酵乳】	
発酵乳	180
【うずまきパン】	
うずまきパン	70
【マーマレードジャム】	
マーマレード(低糖度)	15
【ポークビーンズ】	
豚モモ(脂身付き)	40
大豆(国産､ゆで)	37
玉葱	40
じゃがいも	35
にんじん	20
グリンピース(冷凍)	5
トマト缶詰(ダイス)	35
トマトピューレ	7
トマトケチャップ	14
にんにく	0
上白糖	2
ウスターソース	2
食塩	0
白こしょう	0
コンソメ(粉末)	1
油	1
水	60
かたくり粉	1
【ABCマカロニスープ】	
アルファベットマカロニ	5
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
キャベツ	28
りょくとうもやし	10
にんじん	15
コンソメ(粉末)	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	195
＜段階食＞	

2023年 5月16日(火)

エネルギー量：717kcal	g
牛乳	
ごはん	
マーボー春雨	
そら豆の塩ゆで	
チンゲンサイと豆腐のスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【マーボー春雨】	
牛ひき肉	10
豚ひき肉	40
緑豆はるさめ	8
玉葱	40
にら	9
たけのこ(水煮缶詰)	15
白ねぎ	9
にんじん	25
干し椎茸	0
しょうが	0
にんにく	0
油	0
八丁味噌	4
トウバンジャン	0
清酒(純米酒)	1
上白糖	1
こいくちしょうゆ	2
オイスターソース	0
テンメンジャン	2
かたくり粉	1
ごま油	0
【そら豆の塩ゆで】	
そらまめ	37
茹で塩	0
【チンゲンサイと豆腐のスープ】	
チンゲンツァイ	30
木綿豆腐	30
玉葱	20
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
とりがらスープ（レトルト）	2
鶏がらだし（粉末）	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180
＜段階食＞	

2023年 5月17日(水)

エネルギー量：743kcal	g
牛乳	
ごはん	
がんもどきの煮もの	
キャベツの梅肉和え	
ぶどうゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【がんもどきの煮もの】	
がんもどき	38
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	30
じゃがいも	45
だいこん	45
玉葱	40
さんどまめ(冷凍)	15
にんじん	20
板こんにゃく	20
上白糖	2
本みりん	1
食塩	0
うすくちしょうゆ	3
こいくちしょうゆ	3
だし昆布	0
削り節	1
水	50
【キャベツの梅肉和え】	
キャベツ	35
りょくとうもやし	32
梅肉	4
うすくちしょうゆ	1
本みりん	1
上白糖	1
粉かつお	0
【ぶどうゼリー】	
ぶどうゼリー	70
＜段階食＞	

2023年 5月18日(木)

エネルギー量：727kcal	g
牛乳	
ごはん	
白身魚の南蛮漬け	
豚汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【白身魚の南蛮漬け】	
メルルーサ	80
白こしょう	0
食塩	0
かたくり粉	6
揚げ油	6
玉葱	32
青ピーマン	7
赤ピーマン	5
黄ピーマン	5
干し椎茸	1
米酢	5
上白糖	5
こいくちしょうゆ	5
食塩	0
レモン(果汁､生)	2
ごま油	1
【豚汁】	
豚モモ(脂身付き)	20
さつまいも	25
だいこん	15
ごぼう	10
にんじん	15
つきこんにゃく	10
葉ねぎ	5
米みそ	13
だし昆布	0
削り節	2
水	170
＜段階食＞	

2023年 5月19日(金)

エネルギー量：717kcal	g
牛乳	
筍ごはん	
大根の甘酢づけ	
わかめうどん	
【牛乳】	
牛乳	206
【筍ごはん】	
はいがまい	90
鶏成鶏肉モモ(皮付き)	30
油揚げ	5
にんじん	10
たけのこ(水煮缶詰)	30
油	1
食塩	0
こいくちしょうゆ	3
うすくちしょうゆ	4
清酒(純米酒)	6
本みりん	1
上白糖	2
削り節・昆布だし	20
【大根の甘酢づけ】	
だいこん	55
はくさい	28
米酢	2
うすくちしょうゆ	3
上白糖	2
【わかめうどん】	
うどん(ゆで)	60
カットわかめ	1
和牛モモ(脂身付き)	20
かまぼこ	5
にんじん	10
白ねぎ	7
うすくちしょうゆ	6
本みりん	1
食塩	0
だし昆布	0
削り節	3
水	190
＜段階食＞	

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。「０g」と表示される食材の使用量は１g以下です。
※物資調達の都合により、献立を変更する場合があります。 献立に表示している使用量およびエネルギー量は中学部・高等部の値です。小学部は0.7倍です。

2023年 5月22日(月)

エネルギー量：713kcal	g
牛乳	
ごはん	
酢豚	
小松菜の中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【酢豚】	
豚モモ(脂身付き)	50
こいくちしょうゆ	1
しょうが	1
にんにく	1
清酒(純米酒)	1
かたくり粉	5
米粉	3
揚げ油	6
玉葱	60
青ピーマン	8
赤ピーマン	6
黄ピーマン	6
たけのこ(水煮缶詰)	20
にんじん	20
干し椎茸	1
ごま油	1
鶏がらだし（粉末）	1
上白糖	5
こいくちしょうゆ	6
トマトケチャップ	6
米酢	8
本みりん	1
水	20
かたくり粉	1
【小松菜の中華スープ】	
こまつな	27
玉葱	30
ぶなしめじ	11
白ねぎ	7
とりがらスープ（レトルト）	3
鶏がらだし（粉末）	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	190

＜段階食＞

2023年 5月23日(火)

エネルギー量：748kcal	g
牛乳	
カレーライス	
ひじきのサラダ	
【牛乳】	
牛乳	206
【カレーライス】	
はいがまい	100
和牛モモ(脂身付き)	35
じゃがいも	50
玉葱	50
にんじん	35
グリンピース(冷凍)	10
にんにく	0
油	1
カレールウ	18
ウスターソース	1
濃厚ソース	2
とりがらスープ（レトルト）	2
食塩	0
水	93
【ひじきのサラダ】	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	2
カットわかめ	1
キャベツ	40
とうもろこし(冷凍)	8
にんじん	20
青じそドレッシング	8

＜段階食＞

2023年 5月24日(水)

エネルギー量：760kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉の塩こうじ焼き	
切干し大根の炒め煮	
さつき汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【鶏肉の塩こうじ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
塩麹	6
清酒(純米酒)	2
本みりん	2
【切干し大根の炒め煮】	
油揚げ	4
切干しだいこん	9
にんじん	12
さんどまめ(冷凍)	6
油	1
上白糖	1
本みりん	1
うすくちしょうゆ	2
こいくちしょうゆ	2
削り節・昆布だし	30
【さつき汁】	
たけのこ(水煮缶詰)	24
ごぼう	11
にんじん	10
焼き豆腐	27
さやえんどう	10
米みそ	12
だし昆布	0
削り節	2
水	190

＜段階食＞

2023年 5月25日(木)

エネルギー量：728kcal	g
牛乳	
チャーハン	
レタスの中華スープ	
揚げ餃子	
【牛乳】	
牛乳	206
【チャーハン】	
はいがまい	95
鶏がらだし（粉末）	0
こいくちしょうゆ	2
干し椎茸	1
にんにく	0
焼き豚	28
玉葱	15
葉ねぎ	5
白ねぎ	3
にんじん	8
とうもろこし(冷凍)	7
鶏がらだし（粉末）	1
オイスターソース	1
食塩	0
白こしょう	0
ごま油	1
【レタスの中華スープ】	
レタス	28
玉葱	27
りょくとうもやし	20
ロースハム	8
糸かまぼこ	10
カットわかめ	0
鶏がらだし（粉末）	1
とりがらスープ（レトルト）	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180
【揚げ餃子】	
餃子	51
揚げ油	6

＜段階食＞

2023年 5月26日(金)

エネルギー量：690kcal	g
牛乳	
黒糖パン	
かつおのガーリックマヨネーズ焼き	
三度豆のソテー	
いろいろ野菜のスープ	
ミックスフルーツ(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【黒糖パン】	
黒糖パン	70
【かつおのガーリックマヨネーズ焼き】	
かつお(春獲り)	60
にんにく	0
食塩	0
白こしょう	0
エッグケアドレッシング	8
【三度豆のソテー】	
さんどまめ(冷凍)	20
にんじん	15
油	1
こいくちしょうゆ	0
本みりん	0
【いろいろ野菜のスープ】	
キャベツ	30
玉葱	25
にんじん	20
りょくとうもやし	10
パセリ(乾)	0
うすくちしょうゆ	3
食塩	0
白こしょう	0
とりがらスープ（レトルト）	2
コンソメ(粉末)	1
水	160
【ミックスフルーツ(缶詰)】	
もも(缶詰果肉)	25
みかん(缶詰)	25
パイナップル(缶詰)	25

＜段階食＞

2023年 5月30日(火)

エネルギー量：716kcal	g
牛乳	
ごはん	
さばの生姜煮	
もやしとちくわのごま和え	
沢煮椀	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
はいがまい	90
【さばの生姜煮】	
まさば	80
しょうが	1
こいくちしょうゆ	6
清酒(純米酒)	6
本みりん	5
上白糖	4
削り節・昆布だし	25
【もやしとちくわのごま和え】	
りょくとうもやし	57
ちくわ	10
こいくちしょうゆ	2
うすくちしょうゆ	1
上白糖	1
ごま油	0
米酢	1
ごま(いり)	1
【沢煮椀】	
油揚げ	3
だいこん	45
にんじん	15
干し椎茸	2
ごぼう	13
糸みつば	3
うすくちしょうゆ	4
食塩	0
だし昆布	0
削り節	2
水	170

＜段階食＞

2023年 5月31日(水)

エネルギー量：673kcal	g
牛乳	
肉野菜炒め丼	
もやしのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【肉野菜炒め丼】	
はいがまい	100
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	50
玉葱	25
にんじん	20
キャベツ	45
エリンギ	12
油	1
りんごピューレ	6
玉葱	3
しょうが	1
にんにく	1
こいくちしょうゆ	4
赤みそ	3
ウスターソース	2
清酒(純米酒)	1
上白糖	1
本みりん	1
オイスターソース	1
食塩	0
白こしょう	0
【もやしのみそ汁】	
りょくとうもやし	35
玉葱	30
たけのこ(水煮缶詰)	10
葉ねぎ	4
カットわかめ	1
米みそ	14
だし昆布	0
削り節	2
水	180

＜段階食＞

＜段階食について＞ パンがゆは、大パン1/2個と牛乳150mlで作ります。 軟飯・おかゆは精白米を使用します。おかずの調理に「おかゆ」を使用することがあります。