



大阪府立東住吉支援学校

2025年11月 4日(火)

[illegible]

2025年11月 5日 (水)

[illegible]

2025年11月 6日(木)

[illegible]

2025年11月 7日(金)

[illegible]

2025年11月10日(月)

[illegible]

2025年11月11日(火)

[illegible]

2025年11月12日(水)

[illegible]

2025年11月13日(木)

エネルギー量：781kcal	g
牛乳	
パエリア	
れんこんサラダ	
豆乳コーンチャウダー	
【牛乳】	
牛乳	206
【パエリア】	
金賞健康米	80
サフラン	0
コンソメ	2
オリーブ油	2
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	25
ウィンナー	20
玉葱	25
赤ピーマン	10
青ピーマン	10
とうもろこし	0
オリーブ油	1
にんにく	1
白ワイン	2
コンソメ	0
食塩	0
白こしょう	0
【れんこんサラダ】	
ロースハム	5
れんこん	25
にんじん	10
キャベツ	30
白ワインビネガー	3
うすくちしょうゆ	1
上白糖	2
食塩	0
オリーブ油	2
【豆乳コーンチャウダー】	
ショルダーベーコン	15
じゃがいも	35
にんじん	20
玉葱	35
とうもろこし	9
とうもろこしペースト	18
とうもろこし缶詰（クリーム）	35
とりがらスープ	2
シチュールウ	7
コンソメ	0
水	85
調製豆乳	25

2025年11月14日(金)

[illegible]

2025年11月17日(月)

[illegible]

※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。

[illegible][illegible]

エネルギー量：718kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉の焼き肉風炒め	
もやしナムル	
わかめスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉の焼き肉風炒め】	
豚モモ(脂身付き)	80
玉葱	40
青ピーマン	10
にんじん	15
エリンギ	15
しょうが	1
にんにく	1
油	1
こいくちしょうゆ	7
上白糖	2
はちみつ	1
トウバンジャン	0
コチジャン	0
ごま(いり)	1
かたくり粉	1
【もやしナムル】	
こまつな	10
りょくとうもやし	60
ごま油	1
中華だし	0
食塩	0
こいくちしょうゆ	2
にんにく	0
【わかめスープ】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	10
木綿豆腐	25
カットわかめ	1
だいこん	25
はくさい	20
中華だし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	170

[illegible]

エネルギー量：750kcal	g
牛乳	
マーボー豆腐丼	
白菜の中華和え	
中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【マーボー豆腐丼】	
金賞健康米	95
木綿豆腐	85
豚ひき肉	50
玉葱	20
にんじん	15
にら	8
たけのこ	5
白ねぎ	10
干し椎茸	1
しょうが	1
にんにく	1
ごま油	1
八丁味噌	4
トウバンジャン	0
テンメンジャン	3
清酒	1
こいくちしょうゆ	3
オイスターソース	1
中華だし	1
上白糖	0
水	15
かたくり粉	1
【白菜の中華和え】	
はくさい	40
だいこん	30
うすくちしょうゆ	2
米酢	2
上白糖	2
中華だし	1
ごま油	1
【中華スープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
チンゲンツアイ	15
にんじん	5
玉葱	25
えのきたけ	5
じゃがいも	20
カットわかめ	1
しょうが	0
中華だし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩、白こしょう	0

[illegible][illegible]

エネルギー量：744kcal	g
牛乳	
冬野菜のカレーライス	
カリフラワーとキャベツのサラダ	
寒天とダイスマスカットのゼリー	
※段階食 ダイスマスカットゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【冬野菜のカレーライス】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	40
清酒	2
だいこん	35
さといも	25
玉葱	45
れんこん	10
にんじん	13
グリーンピース	4
にんにく	1
しょうが	1
油	0
カレールウ	20
こいくちしょうゆ	1
濃厚ソース	2
食塩	0
とりがらスープ	4
水	90
【カリフラワーとキャベツのサラダ】	
カリフラワー	20
キャベツ	35
にんじん	10
ロースハム	5
白ワインビネガー	2
上白糖	2
うすくちしょうゆ	3
オリーブ油	0
【寒天とダイスマスカットのゼリー】	
みつ豆用寒天	35
ダイスゼリー・国産シャインマスカット	30
【※段階食 ダイスマスカットゼリー】	
ダイスゼリー・国産シャインマスカット	50

B部門 文化祭

＜精米について＞ 本校では、金賞健康米を使用しています。普通精白米と比べ、ビタミンE、ビタミンB₁、食物繊維などの栄養価が高いお米です。
＜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。 おかずの調理に「おかゆ」を使用することがあります。