



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

2025年 2月 3日(月)

エネルギー量：834kcal	g
牛乳	
ごはん	
いわしフライ	
※段階食 あじのソース煮	
七目豆	
豚汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【いわしフライ】	
いわしフライ	60
揚げ油	6
濃厚ソース	5
【※段階食 あじのソース煮】	
まあじ	70
しょうが	0
上白糖	8
濃厚ソース	5
ウスターソース	1
こいくちしょうゆ	5
清酒	4
本みりん	11
水	20
【七目豆】	
大豆(ゆで)	9
鶏若鶏肉ひき肉	6
角切昆布	1
にんじん	8
れんこん	11
つきこんにやく	10
むきえだまめ	5
上白糖	2
こいくちしょうゆ	3
本みりん	1
削り節・昆布だし	32
【豚汁】	
豚モモ(脂身付き)	20
さつまいも	40
だいこん	15
ごぼう	10
にんじん	15
葉ねぎ	2
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2025年 2月 4日(火)

エネルギー量：756kcal	g
牛乳	
シシリアンライス風井(佐賀県)	
レタスのスープ	
洋梨(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【シシリアンライス風井(佐賀県)】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	60
清酒	2
玉葱	75
油	1
こいくちしょうゆ	6
上白糖	2
清酒	1
コチジャン	0
にんにく	0
キャベツ	42
きゅうり	10
赤ピーマン	6
とうもろこし	5
茹で塩	2
エッグケアドレッシング	10
【レタスのスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	5
レタス	20
玉葱	20
にんじん	10
じゃがいも	25
パセリ(乾)	0
コンソメ	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180
【洋なし(缶詰)】	
西洋なし(缶詰)	51

2025年 2月 5日(水)

エネルギー量：754kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉とがんとどきの煮もの	
もやしと白菜の柚子の香和え	
ひじきそぼろふりかけ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉とがんとどきの煮もの】	
がんとどき	38
豚モモ(脂身付き)	30
じゃがいも	45
だいこん	45
玉葱	40
さんどまめ	15
にんじん	15
板こんにやく	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	4
だし昆布	0
削り節	1
水	50
【もやしと白菜の柚子の香和え】	
りょくとうもやし	41
はくさい	27
えのきたけ	3
上白糖	3
食塩	0
米酢	2
ゆず(果汁)	2
うすくちしょうゆ	1
【ひじきそぼろふりかけ】	
干ひじき(乾)	3
鶏若鶏肉ひき肉	20
しそ葉	1
ごま(いり)	1
油	0
上白糖	2
うすくちしょうゆ	3
本みりん	3
清酒	1

2025年 2月 6日(木)

エネルギー量：757kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉のみそ焼き	
ひじきの炒め煮	
五目汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉のみそ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	80
玉葱	40
にんじん	10
八丁味噌	2
赤みそ	2
こいくちしょうゆ	3
上白糖	2
本みりん	0
【ひじきの炒め煮】	
干ひじき(乾)	2
にんじん	7
油揚げ	8
れんこん	9
つきこんにやく	4
大豆(ゆで)	7
さんどまめ	5
油	1
こいくちしょうゆ	4
本みりん	4
上白糖	2
清酒	1
削り節・昆布だし	18
【五目汁】	
絹ごし豆腐	25
だいこん	25
りょくとうもやし	25
ぶなしめじ	5
糸みつば	1
うすくちしょうゆ	5
食塩	1
だし昆布	1
削り節	3
水	180

2025年 2月 7日(金)

エネルギー量：847kcal	g
発酵乳	
レーズンパン	
ポークチャップ	
フライドポテト	
カリフラワーのスープ	
【発酵乳】	
発酵乳	180
【レーズンパン】	
レーズンパン	70
【ポークチャップ】	
豚モモ(脂身付き)	70
玉葱	60
マッシュルーム	10
グリーンピース	3
にんにく	0
トマトケチャップ	10
トマトピューレ	6
ウスターソース	1
コンソメ	1
上白糖	1
油	0
【フライドポテト】	
フライドポテト	60
油	3
食塩	0
【カリフラワーのスープ】	
カリフラワー	24
りょくとうもやし	20
玉葱	20
にんじん	10
ショルダーベーコン	5
パセリ(乾)	0
コンソメ	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180

2025年 2月10日(月)

エネルギー量：720kcal	g
牛乳	
ごはん	
鯖の梅煮	
キャベツの和え物	
たぬき汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鯖の梅煮】	
まさば	70
しょうが	1
梅肉	5
こいくちしょうゆ	4
清酒	4
上白糖	5
削り節・昆布だし	24
【キャベツの和え物】	
キャベツ	25
にんじん	15
りょくとうもやし	27
ぶなしめじ	3
こいくちしょうゆ	3
上白糖	1
本みりん	1
【たぬき汁】	
板こんにやく	25
だいこん	25
ごぼう	15
にんじん	10
油揚げ	5
えのきたけ	5
葉ねぎ	1
しょうが	0
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2025年 2月12日(水)

エネルギー量 : 817kcal	g
牛乳	
ごはん	
油淋鶏	
もやし中華和え	
豆腐のスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【油淋鶏】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
にんにく	1
しょうが	1
清酒	2
食塩	0
白こしょう	0
かたくり粉	5
米粉	2
揚げ油	6
白ねぎ	13
こいくちしょうゆ	4
米酢	4
上白糖	4
ごま油	1
水	5
【もやし中華和え】	
ロースハム	5
りょくとうもやし	45
チンゲンツアイ	10
にんじん	10
うすくちしょうゆ	2
米酢	1
上白糖	1
中華だし	1
ごま油	1
【豆腐のスープ】	
木綿豆腐	30
はくさい	20
玉葱	20
にんじん	10
葉ねぎ	1
とりがらスープ	2
中華だし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	180

2025年 2月13日(木)

エネルギー量 : 790kcal	g
牛乳	
ミニコッペパン	
豆乳クリームスパゲティ	
かぼちゃサラダ	
やさいゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【ミニコッペパン】	
ミニコッペパン	35
【豆乳クリームスパゲティ】	
スパゲッティ	50
オリーブ油	1
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	10
ショルダーベーコン	10
とうもろこし缶詰(クリーム)	24
にんじん	6
玉葱	30
ほうれんそう	10
ぶなしめじ	5
油	2
シチュールウ	3
コンソメ	1
食塩	0
白こしょう	0
昆布茶	0
とりがらスープ	3
水	70
濃久里夢(豆乳クリーム)	30
調製豆乳	30
かたくり粉	2
【かぼちゃサラダ】	
西洋かぼちゃ	53
玉葱	15
ショルダーベーコン	7
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
【やさいゼリー】	
やさいゼリー	70

2025年 2月14日(金)

エネルギー量 : 837kcal	g
牛乳	
ごはん	
ビーフストロガノフ	
キャベツのレモンサラダ	
チョコレートカップケーキ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【ビーフストロガノフ ◎乳】	
和牛モモ(赤肉)	30
赤ワイン	3
にんにく	0
玉葱	80
マッシュルーム	15
ぶなしめじ	5
とりがらスープ	4
ハヤシルウ	20
コンソメ	0
パプリカ(粉)	0
トマトピューレ	7
トマトケチャップ	2
濃厚ソース	1
こいくちしょうゆ	1
白こしょう	0
オリーブ油	1
レモン(果汁)	1
水	122
クリーム	3
牛乳	3
【キャベツのレモンサラダ】	
ロースハム	5
キャベツ	40
にんじん	15
とうもろこし	9
レモン(果汁)	2
白ワインビネガー	2
上白糖	3
食塩	0
オリーブ油	1
【チョコレートカップケーキ】	
バレンタイン米粉のカップケーキ	30

2025年 2月17日(月)

エネルギー量 : 747kcal	g
牛乳	
クロワッサン	
鶏肉のレモンバジル焼き	
ブロッコリーのサラダ	
ミネストローネ	
【牛乳】	
牛乳	206
【クロワッサン】	
クロワッサン	35
【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	2
にんにく	1
レモン(果汁)	2
バジル	1
オリーブ油	1
【ブロッコリーのサラダ】	
ブロッコリー	35
にんじん	15
とうもろこし	10
白ワインビネガー	2
うすくちしょうゆ	2
上白糖	3
食塩	0
オリーブ油	1
【ミネストローネ】	
ひよこまめ(ゆで)	13
ショルダーベーコン	10
じゃがいも	30
にんじん	10
玉葱	32
セロリー	3
キャベツ	20
にんにく	0
パセリ(乾)	0
オリーブ油	0
トマト缶詰	35
トマトピューレ	5
トマトケチャップ	3
上白糖	0
食塩	0
白こしょう	0
うすくちしょうゆ	2
コンソメ	2
水	120

2025年 2月18日(火)

エネルギー量 : 720kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚キムチ	
じゃがいものスープ	
パイナップル(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚キムチ】	
豚モモ(脂身付き)	70
はくさいキムチ	22
りょくとうもやし	25
玉葱	30
にんじん	10
にら	15
しょうが	1
にんにく	1
清酒	1
こいくちしょうゆ	7
食塩	0
上白糖	1
はちみつ	1
本みりん	2
コチジャン	0
ごま油	1
【じゃがいものスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	5
じゃがいも	45
玉葱	20
にんじん	10
カットわかめ	1
とりがらスープ	2
中華だし	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
白こしょう	0
水	180
【パイナップル(缶詰)】	
パイナップル(缶詰)	50

2025年 2月19日(水)

エネルギー量 : 765kcal	g
牛乳	
ごはん	
ソースかつ(福井県)	
もやしと三度豆のおかか和え	
白菜のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【ソースかつ(福井県)】	
豚ヒレカツ	90
揚げ油	8
濃厚ソース	5
ウスターソース	4
トマトケチャップ	2
こいくちしょうゆ	2
上白糖	1
本みりん	3
【もやしと三度豆のおかか和え】	
りょくとうもやし	48
さんどまめ	5
にんじん	15
粉かつお	1
上白糖	1
うすくちしょうゆ	3
【白菜のみそ汁】	
油揚げ	5
はくさい	40
玉葱	25
にんじん	10
葉ねぎ	1
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	3
水	170

※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。

2025年 2月20日(木)

エネルギー量 : 756kcal	g
牛乳	
かてめし(埼玉県)	
さわらの幽庵焼き	
豆腐と小松菜のみそ汁	
みかん	
※段階食 みかん(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【かてめし(埼玉県)】	
金賞健康米	85
高野豆腐	2
油揚げ	5
にんじん	10
干し椎茸	0
ごぼう	10
干ずいき	2
さんどまめ	4
油	1
こいくちしょうゆ	3
うすくちしょうゆ	3
清酒	6
本みりん	1
上白糖	2
だし昆布	0
削り節	2
水	100
【さわらの幽庵焼き】	
さわら	80
ゆず(果汁)	2
こいくちしょうゆ	4
本みりん	3
清酒	3
上白糖	2
【豆腐と小松菜のみそ汁】	
木綿豆腐	25
こまつな	18
玉葱	37
カットわかめ	0
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	3
水	170
【みかん】	
温州蜜柑	100
【※段階食 みかん(缶詰)】	
みかん(缶詰)	60

2025年 2月21日(金)

エネルギー量 : 757kcal	g
牛乳	
ごはん	
かしわのすき焼き風煮	
切干し大根の甘酢あえ	
ツナっ葉炒めふりかけ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【かしわのすき焼き風煮】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	60
油	1
はくさい	50
玉葱	40
糸こんにゃく	30
焼き豆腐	30
にんじん	20
えのきたけ	10
白ねぎ	15
こいくちしょうゆ	8
上白糖	4
本みりん	2
清酒	1
水	0
【切干し大根の甘酢あえ】	
切干しだいこん	7
さんどまめ	12
にんじん	13
米酢	3
上白糖	3
うすくちしょうゆ	2
【ツナっ葉炒めふりかけ】	
まぐろ缶詰	18
だいこん葉(乾燥)	1
ごま(いり)	1
油	0
清酒	1
うすくちしょうゆ	1
こいくちしょうゆ	1
水	1

2025年 2月25日(火)

エネルギー量 : 798kcal	g
牛乳	
おさつパン	
鶏肉のガーリックマヨネーズ焼き	
グリーンサラダ	
コンソメスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【おさつパン】	
おさつパン	70
【鶏肉のガーリックマヨネーズ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
にんにく	1
食塩	0
白こしょう	0
エッグケアドレッシング	12
こいくちしょうゆ	2
【グリーンサラダ】	
キャベツ	40
ブロッコリー	20
さんどまめ	9
白ワインビネガー	2
うすくちしょうゆ	3
上白糖	3
食塩	0
オリーブ油	0
【コンソメスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
だいこん	25
にんじん	15
りょくとうもやし	30
パセリ(乾)	0
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
とりがらスープ	2
コンソメ	2
水	180

2025年 2月26日(水)

エネルギー量 : 703kcal	g
牛乳	
ごはん	
鰯のおろしがけ	
白菜の甘酢和え	
じゃがいもと玉葱のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鰯のおろしがけ】	
あじ	60
食塩	0
清酒	1
だいこんおろし	20
上白糖	1
本みりん	2
うすくちしょうゆ	3
【白菜の甘酢和え】	
りょくとうもやし	35
はくさい	30
にんじん	5
米酢	3
上白糖	3
うすくちしょうゆ	2
【じゃがいもと玉葱のみそ汁】	
油揚げ	5
じゃがいも	45
玉葱	30
カットわかめ	1
米みそ	12
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2025年 2月27日(木)

エネルギー量 : 769kcal	g
牛乳	
ごはん	
回鍋肉	
春雨サラダ	
中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【回鍋肉】	
豚モモ(脂身付き)	60
清酒	2
キャベツ	45
白ねぎ	12
玉葱	20
青ピーマン	20
にんじん	20
たけのこ	10
にんにく	1
ごま油	1
こいくちしょうゆ	5
清酒	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
【春雨サラダ】	
緑豆はるさめ	10
きゅうり	15
ロースハム	8
にんじん	15
ごま油	3
米酢	3
うすくちしょうゆ	3
上白糖	3
【中華スープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	5
じゃがいも	35
玉葱	40
カットわかめ	1
中華だし	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
白こしょう	0
水	170

2025年 2月28日(金)

エネルギー量 : 959kcal	g
牛乳	
から揚げカレーライス	
大根サラダ	
お祝いいちごのクレープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【から揚げカレーライス】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	30
じゃがいも	45
玉葱	53
にんじん	20
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	19
ウスターソース	1
濃厚ソース	1
とりがらスープ	4
食塩	0
水	92
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	60
にんにく	0
しょうが	0
こいくちしょうゆ	2
うすくちしょうゆ	2
清酒	3
本みりん	2
かたくり粉	5
米粉	1
揚げ油	4
【大根サラダ】	
だいこん	45
にんじん	20
ぶなしめじ	5
白ワインビネガー	2
うすくちしょうゆ	2
上白糖	3
食塩	0
オリーブ油	1
【お祝いいちごのクレープ】	
いちごのクレープ	35

<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。