



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

2026年 5月 1日(金)

エネルギー量 : 725kcal	g
牛乳	
牛肉のちらし寿司	
小松菜のからし和え	
若竹汁	
子どもの日のデザート (セレクト)	
※段階食 ミニたいやき	
【牛乳】	
牛乳	206
【牛肉のちらし寿司】	
金賞健康米	85
だし昆布	0
米酢	12
上白糖	6
食塩	0
和牛モモ(脂身付き)	30
干し椎茸	1
ごぼう	15
にんじん	15
さんどまめ	5
油	0
清酒	1
上白糖	5
食塩	0
こいくちしょうゆ	5
きざみのり	0
【小松菜のからし和え】	
こまつな	20
りょくとうもやし	35
にんじん	15
うすくちしょうゆ	3
本みりん	1
上白糖	1
からし(粉)	0
【若竹汁】	
たけのこ	20
カットわかめ	1
木綿豆腐	25
玉葱	25
うすくちしょうゆ	6
食塩	1
だし昆布	1
いりこだし	3
水	180
【子どもの日のデザート (セレクト)】	
かしわもち	40
ミニたいやき	40
【※段階食 ミニたいやき】	
ミニたいやき	40

2026年 5月 7日(木)

エネルギー量 : 782kcal	g
牛乳	
チキンカレーライス	
キャベツとコーンのサラダ	
みかん(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【チキンカレーライス】	
金賞健康米	95
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	40
じゃがいも	50
玉葱	75
にんじん	25
グリーンピース	2
にんにく	1
しょうが	1
油	0
カレールー	19
カレー粉	0
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	3
水	89
【キャベツとコーンのサラダ】	
キャベツ	50
とうもろこし	8
にんじん	12
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	1
【みかん(缶詰)】	
みかん(缶詰)	54

2026年 5月 8日(金)

エネルギー量 : 742kcal	g
牛乳	
豆ごはん	
あじの蒲焼き	
大根の甘酢づけ	
じゃがいもとわかめのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【豆ごはん】	
金賞健康米	95
うすいえんどう	19
だし昆布	0
食塩	1
清酒	2
【あじの蒲焼き】	
あじ	80
こいくちしょうゆ	1
清酒	2
しょうが	0
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
上白糖	2
水	3
かたくり粉	1
【大根の甘酢づけ】	
だいこん	55
ぶなしめじ	3
にんじん	5
米酢	2
上白糖	3
食塩	0
いりこだし・昆布だし	2
ゆず(果汁)	1
【じゃがいもとわかめのみそ汁】	
油揚げ	5
じゃがいも	45
玉葱	25
カットわかめ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	175

2026年 5月11日(月)

エネルギー量 : 744kcal	g
牛乳	
黒糖パン	
ポークビーンズ	
ブロッコリーのサラダ	
白菜のスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【黒糖パン】	
黒糖パン	70
【ポークビーンズ】	
豚モモ(脂身付き)	45
大豆(ゆで)	20
玉葱	50
じゃがいも	40
にんじん	15
グリーンピース	3
トマト缶詰	30
トマトピューレ	6
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	1
食塩	0
白こしょう	0
コンソメ	1
油	1
水	0
かたくり粉	0
【ブロッコリーのサラダ】	
ロースハム	5
ブロッコリー	25
キャベツ	35
とうもろこし	5
白ワインビネガー	2
こいくちしょうゆ	2
上白糖	2
オリーブ油	1
【白菜のスープ】	
ショルダーベーコン	3
はくさい	40
だいこん	30
にんじん	7
パセリ	0
セロリー	3
油	0
とりがらスープ	2
うすくちしょうゆ	2
コンソメ	2
食塩	0
水	170

2026年 5月12日(火)

エネルギー量 : 776kcal	g
牛乳	
ピリ辛丼	
中華スープ	
お米で豆乳プリンタルト	
【牛乳】	
牛乳	206
【ピリ辛丼】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	70
清酒	2
玉葱	50
はくさい	20
にんじん	12
たけのこ	10
さんどまめ	10
しょうが	1
にんにく	1
油	1
トウバンジャン	0
コチジャン	0
上白糖	0
白こしょう	0
こいくちしょうゆ	5
赤みそ	4
水	9
かたくり粉	1
【中華スープ】	
鶏若鶏肉ひき肉	3
木綿豆腐	25
にら	5
玉葱	30
ぶなしめじ	7
白ねぎ	10
しょうが	0
とりがらスープ	2
鶏がらだし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	170
ごま油	0
【お米で豆乳プリンタルト】	
お米de国産豆乳プリンタルト	25

2026年 5月13日(水)

エネルギー量 : 714kcal	g
牛乳	
ごはん	
鮭の漬け焼き	
ひじきの炒め煮	
五目みそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鮭の漬け焼き】	
銀鮭	60
清酒	3
こいくちしょうゆ	3
本みりん	2
上白糖	0
【ひじきの炒め煮】	
干ひじき	2
にんじん	7
油揚げ	8
つきこんにゃく	10
大豆(ゆで)	5
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
だし昆布	0
いりこだし	0
水	18
【五目みそ汁】	
油揚げ	5
こまつな	5
玉葱	30
はくさい	35
えのきたけ	5
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2026年 5月22日(金)

エネルギー量 : 787kcal	g
発酵乳	
バーガーパン (切り目)	
豚肉のメンチカツ	
キャベツのソテー	
ミネストローネ	
やさいゼリー	
【発酵乳】	
発酵乳	180
【バーガーパン (切り目)】	
バーガーパン (切り目)	70
【豚肉のメンチカツ】	
国産豚肉のメンチカツ	60
揚げ油	6
濃厚ソース	5
【キャベツのソテー】	
キャベツ	60
にんじん	15
青ピーマン	5
コンソメ	1
カレー粉	0
食塩	0
上白糖	1
油	0
【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
ブロッコリー	20
にんにく	0
パセリ	0
オリーブ油	0
トマト缶詰	35
トマトピューレ	4
トマトケチャップ	4
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
【やさいゼリー】	
やさいゼリー	70

2026年 5月25日(月)

エネルギー量 : 754kcal	g
牛乳	
筍ごはん	
豚じゃが	
キャベツとわかめの梅肉和え	
【牛乳】	
牛乳	206
【筍ごはん】	
金賞健康米	80
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	25
油揚げ	5
にんじん	8
たけのこ	28
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	3
本みりん	3
上白糖	2
だし昆布	0
いりこだし	2
水	100
【豚じゃが】	
豚モモ(脂身付き)	60
清酒	2
じゃがいも	70
糸こんにゃく	30
玉葱	60
にんじん	20
さんどまめ	13
油	1
上白糖	5
本みりん	2
こいくちしょうゆ	5
うすくちしょうゆ	3
だし昆布	0
いりこだし	1
水	40
【キャベツとわかめの梅肉和え】	
キャベツ	40
りょくとうもやし	20
にんじん	5
カットわかめ	0
上白糖	3
梅肉	1
こいくちしょうゆ	2
ごま油	1

2026年 5月26日(火)

エネルギー量 : 750kcal	g
牛乳	
ビビンバ (ごはん)	
ビビンバ (具)	
豆腐とニラのスープ	
いもけんぴフィッシュ	
※段階食 さつま芋の甘煮	
【牛乳】	
牛乳	206
【ビビンバ (ごはん)】	
金賞健康米	95
【ビビンバ (具)】	
牛ひき肉	20
豚ひき肉	45
にんにく	0
ごま油	0
上白糖	4
清酒	2
こいくちしょうゆ	5
コチジャン	0
ほうれんそう	20
りょくとうもやし	45
にんじん	15
上白糖	2
食塩	0
こいくちしょうゆ	4
ごま油	1
ごま(いり)	1
【豆腐とニラのスープ】	
木綿豆腐	30
玉葱	30
にら	5
えのきたけ	5
とりがらスープ	2
鶏がらだし	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
白こしょう	0
水	180
ごま油	0
【いもけんぴフィッシュ】	
いもけんぴフィッシュ	5
【※段階食 さつま芋の甘煮】	
さつまいも	60
食塩	0
上白糖	5
こいくちしょうゆ	0
水	3

2026年 5月27日(水)

エネルギー量 : 787kcal	g
牛乳	
オリーブパン	
タンドリーチキン	
えだまめサラダ	
じゃがいものスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【オリーブパン】	
オリーブパン	70
【タンドリーチキン】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
白ワイン	2
にんにく	0
しょうが	0
エッグケアドレッシング	5
トマトケチャップ	8
カレー粉	1
こいくちしょうゆ	1
【えだまめサラダ】	
ロースハム	5
むきえだまめ	9
とうもろこし	5
キャベツ	36
にんじん	15
上白糖	1
食塩	0
米酢	1
レモン(果汁)	1
うすくちしょうゆ	1
オリーブ油	1
【じゃがいものスープ】	
ショルダーベーコン	5
じゃがいも	45
玉葱	20
にんじん	10
セロリー	2
油	0
パセリ	0
コンソメ	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
とりがらスープ	2
水	170

2026年 5月28日(木)

エネルギー量 : 704kcal	g
牛乳	
ごはん	
かつおのガーリックマヨネーズ焼き	
なすのごま和え	
厚揚げのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【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	12
【なすのごま和え】	
なす	30
はくさい	30
にんじん	10
こいくちしょうゆ	3
本みりん	2
上白糖	1
ごま(いり)	0
ごま(すり)	1
【厚揚げのみそ汁】	
厚揚げ	30
こまつな	5
だいこん	25
玉葱	10
にんじん	10
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2026年 5月29日(金)

エネルギー量 : 743kcal	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】	
金賞健康米	95
【マーボー春雨】	
豚ひき肉	50
緑豆はるさめ	9
玉葱	40
にら	10
たけのこ	15
白ねぎ	9
にんじん	25
干し椎茸	0
しょうが	1
にんにく	1
油	0
八丁味噌	5
トウバンジャン	0
清酒	1
上白糖	1
こいくちしょうゆ	5
オイスターソース	1
テンメンジャン	2
ごま油	0
かたくり粉	0
【そら豆の塩ゆで】	
そらまめ	53
茹で塩	0
【チンゲンサイと豆腐のスープ】	
チンゲンサイ	20
絹ごし豆腐	30
鶏若鶏肉胸(皮付き)	5
玉葱	20
とりがらスープ	2
鶏がらだし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	175

<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。



東住吉支援学校ホームページ
給食ブログには、給食の写真（普通食）を
公開しています。ぜひご覧ください。

