



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12月 1日(月)

B部門 文化祭代休

2025年12月 2日(火)

2025年12月 3日(水)

エネルギー量 : 819kcal	
牛乳	
ごはん	
揚げ鶏の甘酢あん	
小松菜の中華スープ	
ヨーグルト	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【揚げ鶏の甘酢あん】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	50
こいくちしょうゆ	1
しょうが	1
にんにく	1
清酒	1
かたくり粉	8
米粉	0
くっつかないで	0
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	19
にんじん	20
干し椎茸	1
ごま油	1
中華だし	2
上白糖	4
こいくちしょうゆ	6
トマトケチャップ	9
米酢	4
水	43
かたくり粉	2
【小松菜の中華スープ】	
木綿豆腐	20
こまつな	15
玉葱	30
白ねぎ	5
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
【ヨーグルト】	
ソフール元気ヨーグルト	70

2025年12月 4日(木)

エネルギー量 : 775kcal	g
牛乳	
コッペパン	
イチゴジャム	
タンドリーチキン	
ブロッコリーとキャベツのサラダ	
白菜のスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【コッペパン】	
コッペパン	70
【イチゴジャム】	
イチゴジャム	15
【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
【ブロッコリーとキャベツのサラダ】	
ブロッコリー	35
キャベツ	35
にんじん	5
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
【白菜のスープ】	
ショルダーベーコン	3
はくさい	40
玉葱	20
にんじん	10
とうもろこし	3
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	1
コンソメ	2
食塩	0
水	170

2025年12月 5日(金)

2025年12月 8日(月)

エネルギー量 : 673kcal	g
牛乳	
ごはん	
チンジャオロースー	
白菜の中華和え	
チンゲンサイの中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【チンジャオロースー】	
豚モモ(脂身付き)	55
清酒	2
しょうが	1
にんじん	25
青ピーマン	20
玉葱	45
たけのこ	30
かたくり粉	2
こいくちしょうゆ	3
うすくちしょうゆ	1
上白糖	2
中華だし	2
オイスターソース	2
白こしょう	0
ごま油	1
【白菜の中華和え】	
はくさい	55
りよくとうもやし	15
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
【チンゲンサイの中華スープ】	
木綿豆腐	20
チンゲンツァイ	15
玉葱	30
白ねぎ	4
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	175

2025年12月 9日(火)

エネルギー量 : 746kcal	g
牛乳	
ごはん	
東住吉支援味付けのり	
鶏じゃが	
れんこんのきんぴら	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【東住吉支援味付けのり】	
味付けのり	4
【鶏じゃが】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	60
清酒	2
じゃがいも	70
糸こんにゃく	30
玉葱	65
にんじん	20
さんどまめ	12
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
いりこだし	0
だし昆布	0
水	20
【れんこんのきんぴら】	
れんこん	40
にんじん	15
豚ひき肉	5
こいくちしょうゆ	4
上白糖	2
本みりん	1
清酒	1
ごま油	1

2025年12月10日(水)

エネルギー量 : 696kcal	g
牛乳	
ミニコッペパン	
ペンネボロネーゼ	
ごぼうサラダ	
ブロッコリーのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ミニコッペパン】	
ミニコッペパン	35
【ペンネボロネーゼ】	
ペンネ	24
オリーブ油	1
牛ひき肉	10
豚ひき肉	30
にんじん	12
玉葱	35
セロリー	7
にんにく	1
マッシュルーム	5
油	1
食塩	1
ローレル	0
トマト缶詰	40
トマトケチャップ	12
トマトピューレ	3
コンソメ	1
上白糖	1
かたくり粉	1
オリーブ油	1
【ごぼうサラダ】	
ごぼう	35
にんじん	10
とうもろこし	7
ロースハム	8
エッグケアドレッシング	11
トマトケチャップ	1
うすくちしょうゆ	1
白こしょう	0
【ブロッコリーのスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
ブロッコリー	31
玉葱	28
キャベツ	20
セロリー	3
油	0
パセリ	0
コンソメ	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
白こしょう	0
水	170

2025年12月11日(木)

エネルギー量 : 736kcal	g
牛乳	
ごはん	
天王寺かぶらの葉のふりかけ	
みそおでん	
天王寺かぶらの柚子の香和え	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【天王寺かぶらの葉のふりかけ】	
天王寺かぶら(葉)	30
ごま(いり)	2
粉かつお	1
こいくちしょうゆ	1
ごま油	0
上白糖	0
食塩	0
【みそおでん】	
豚モモ(脂身付き)	35
さつま揚げ	15
ちくわ	20
絹厚揚げ	21
じゃがいも	40
だいこん	50
にんじん	20
板こんにゃく	20
赤みそ	6
八丁味噌	5
本みりん	5
上白糖	5
清酒	2
だし昆布	0
いりこだし	2
水	75
【天王寺かぶらの柚子の香和え】	
天王寺かぶら	50
にんじん	15
米酢	2
上白糖	2
食塩	0
白こしょう	0
水	160

2025年12月12日(金)

エネルギー量 : 714kcal	g
牛乳	
星空舞(鳥取県産の米)	
鯵の梅煮	
キャベツの和え物	
ちゃんこ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【星空舞(鳥取県産の米)】	
星空舞(鳥取県)	95
【鯵の梅煮】	
あじ	60
しょうが	1
梅肉	5
こいくちしょうゆ	4
清酒	4
上白糖	5
いりこだし・昆布だし	24
【キャベツの和え物】	
キャベツ	45
油揚げ	5
にんじん	15
こいくちしょうゆ	3
上白糖	1
本みりん	1
【ちゃんこ汁】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	15
厚揚げ	25
だいこん	20
にんじん	10
ごぼう	10
はくさい	20
しょうが	1
うすくちしょうゆ	2
鶏がらだし	1
食塩	0
白こしょう	0
水	160

※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。

2025年12月15日(月)

2025年12月16日(火)

2025年12月17日(水)

エネルギー量 : 782kcal	g
牛乳	
セルフキンパ (ごはん・海苔)	
セルフキンパ (具) B高1考案	
トックスープ B高1考案	
※段階食 豆腐のスープ	
豆乳プリン	
【牛乳】	
牛乳	206
【セルフキンパ (ごはん・海苔)】	
金賞健康米	95
ごま油	1
焼手巻のり	5
【セルフキンパ (具) B高1考案】	
和牛モモ(脂身付き)	48
にんにく	0
ごま油	0
上白糖	3
清酒	1
こいくちしょうゆ	4
コチジャン	0
ほうれんそう	20
りょくとうもやし	40
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
無着色刻沢庵	19
【トックスープ B高1考案】	
トック	25
ショルダーベーコン	4
玉葱	35
こまつな	15
中華だし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	175
【※段階食 豆腐のスープ】	
トック → 木綿豆腐	20
【豆乳プリン】	
とろける豆乳プリン	40

2025年12月18日(木)

2025年12月19日(金)

2025年12月22日(月)

エネルギー量 : 777kcal	g
牛乳	
ごはん	
東住吉支援味付けのり	
さばの塩焼き	
白菜の甘酢和え	
ほうとう風みそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【東住吉支援味付けのり】	
味付けのり	4
【さばの塩焼き】	
まさば	70
食塩	0
清酒	1
【白菜の甘酢和え】	
りょくとうもやし	30
はくさい	30
にんじん	10
米酢	3
上白糖	3
うすくちしょうゆ	2
【ほうとう風みそ汁】	
うどん(ゆで)	31
鶏若鶏肉胸(皮付き)	15
西洋かぼちゃ	30
かぶ	20
ごぼう	10
油揚げ	5
こいくちしょうゆ	1
清酒	1
本みりん	2
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年12月23日(火)

エネルギー量 : 745kcal	g
牛乳	
チキンライス	
チキンナゲット	
いろいろ野菜のスープ	
セレクトデザート (クリスマスケーキ)	

【牛乳】	
牛乳	206

【チキンライス】	
金賞健康米	80
コンソメ	2
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	25
ショルダーベーコン	10
玉葱	30
マッシュルーム	5
グリンピース	2
とうもろこし	3
トマトケチャップ	18
食塩	0
白こしょう	0
オリーブ油	1
くっつかないで	0

【チキンナゲット】	
チキンナゲット	60

【いろいろ野菜のスープ】	
キャベツ	20
玉葱	20
にんじん	20
りょくとうもやし	10
パセリ	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	170

【セレクトデザート (クリスマスケーキ)】	
お米でクリスマスいちごケーキ	30
お米でクリスマスチョコケーキ	30

<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。

