9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

2025年 9月 2日(火)

エネルギー量：769kcal	g
牛乳	
和風カレー丼	
キャベツのすまし汁	
すいかのゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【和風カレー丼】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	55
清酒	2
油揚げ	10
玉葱	60
にんじん	20
葉ねぎ	3
白ねぎ	10
ぶなしめじ	5
しょうが	1
油	1
食塩	0
カレールウ	12
カレー粉	0
こいくちしょうゆ	2
だし昆布	0
いりこだし	1
水	50
【キャベツのすまし汁】	
絹ごし豆腐	20
キャベツ	30
だいこん	20
にんじん	10
糸みつば	1
うすくちしょうゆ	5
食塩	0
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170
【すいかのゼリー】	
すいかのゼリー	40

2025年 9月 3日(水)

エネルギー量：784kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉の照り焼き	
三色きんぴら	
大根のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉の照り焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
しょうが	0
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
清酒	1
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
上白糖	1
かたくり粉	0
【三色きんぴら】	
ごぼう	30
にんじん	20
さつまいも	20
こいくちしょうゆ	3
上白糖	2
本みりん	1
清酒	1
ごま油	1
ごま(いり)	2
【大根のみそ汁】	
油揚げ	5
だいこん	40
玉葱	35
カットわかめ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月 4日(木)

エネルギー量：739kcal	g
牛乳	
ごはん	
回鍋肉	
中華スープ	
豆乳バニラだいふく	
※段階食　黄桃(缶詰)	
【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
【中華スープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
だいこん	25
チンゲンツァイ	10
玉葱	35
カットわかめ	0
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
【豆乳バニラだいふく】	
豆乳バニラだいふく	30
【※段階食　黄桃(缶詰)】	
黄桃缶	60

2025年 9月 5日(金)

エネルギー量：796kcal	g
牛乳	
ごはん	
ツナ大豆そぼろふりかけ	
豚じゃが	
ささみとキャベツの梅肉和え	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【ツナ大豆そぼろふりかけ】	
まぐろ缶詰	15
大豆(ゆで) 粉砕	20
しょうが	0
油	0
清酒	1
上白糖	0
うすくちしょうゆ	1
こいくちしょうゆ	1
水	1
【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
いりこだし	1
だし昆布	0
水	40
【ささみとキャベツの梅肉和え】	
鶏若鶏肉ささ身(ゆで)	15
キャベツ	35
きゅうり	10
にんじん	10
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

2025年 9月 8日(月)

エネルギー量：856kcal	g
牛乳	
おさつパン	
鶏肉のマーマレード焼き	
ポテトサラダ	
切り干し大根のスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【おさつパン】	
おさつパン	70
【鶏肉のマーマレード焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
クックマーマレード	11
こいくちしょうゆ	4
にんにく	1
しょうが	0
【ポテトサラダ】	
じゃがいも	50
にんじん	10
きゅうり	5
ロースハム	5
エッグケアドレッシング	12
食塩	0
上白糖	0
【切り干し大根のスープ】	
ショルダーベーコン	5
切干しだいこん	8
にんじん	10
ぶなしめじ	5
玉葱	20
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	180

2025年 9月 9日(火)

エネルギー量：766kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉とキャベツのみそ炒め	
焼きかぼちゃの甘みつかけ	
のっぺい汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉とキャベツのみそ炒め】	
豚モモ(脂身付き)	75
キャベツ	40
玉葱	25
たけのこ	15
にんじん	15
油	1
しょうが	1
食塩	0
こいくちしょうゆ	2
上白糖	2
本みりん	2
清酒	2
赤みそ	3
八丁味噌	3
いりこだし・昆布だし	0
【焼きかぼちゃの甘みつかけ】	
西洋かぼちゃ	60
食塩	0
上白糖	5
こいくちしょうゆ	0
水	3
【のっぺい汁】	
油揚げ	5
だいこん	30
にんじん	10
さといも	25
つきこんにゃく	5
ぶなしめじ	5
葉ねぎ	1
食塩	0
うすくちしょうゆ	5
ごま油	1
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170
かたくり粉	2

2025年 9月10日(水)

エネルギー量：706kcal	g
牛乳	
豚キムチ丼	
もずくとオクラのスープ	
ミックスフルーツ(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【豚キムチ丼】	
金賞健康米	95
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
【もずくとオクラのスープ】	
絹ごし豆腐	25
沖縄もずく	12
えのきたけ	5
オクラ	10
だいこん	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	170
【ミックスフルーツ(缶詰)】	
黄桃缶	18
みかん缶	20
パインアップル缶	19

2025年 9月11日(木)

エネルギー量：805kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉のからあげ	
チンゲンサイの柚子香和え	
五目みそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉のからあげ】	
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	5
本みりん	2
かたくり粉	7
米粉	2
揚げ油	6
【チンゲンサイの柚子香和え】	
チンゲンツァイ	30
だいこん	25
にんじん	10
えのきたけ	5
ゆず(果汁)	1
上白糖	2
食塩	0
米酢	1
【五目みそ汁】	
油揚げ	5
ごぼう	5
玉葱	25
はくさい	25
にんじん	10
干し椎茸	0
葉ねぎ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月12日(金)

エネルギー量：741kcal	g
牛乳	
ごはん	
焼きさばのおろしがけ	
キャベツのごま酢あえ	
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
【焼きさばのおろしがけ】	
まさば	70
食塩	0
清酒	1
だいこんおろし	30
上白糖	1
本みりん	2
うすくちしょうゆ	3
【キャベツのごま酢あえ】	
キャベツ	45
りょくとうもやし	15
にんじん	10
ごま(いり)	1
ごま(すり)	1
米酢	3
うすくちしょうゆ	3
上白糖	3
【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
いりこだし	3
水	170

2025年 9月16日(火)

エネルギー量：747kcal	g
牛乳	
チャーハン	
揚げ餃子	
レタスの中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【チャーハン】	
金賞健康米	95
中華だし	0
こいくちしょうゆ	2
豚ひき肉	10
焼き豚	28
玉葱	20
葉ねぎ	5
白ねぎ	3
にんじん	10
とうもろこし	7
にんにく	0
鶏がらだし	1
中華だし	1
オイスターソース	1
食塩	0
白こしょう	0
ごま油	1
【揚げ餃子】	
餃子	51
揚げ油	6
こいくちしょうゆ	2
米酢	3
上白糖	0
ごま油	0
トウバンジャン	0
水	2
中華だし	0
【レタスの中華スープ】	
レタス	30
玉葱	30
だいこん	20
ロースハム	5
カットわかめ	0
中華だし	2
とりがらスープ	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	170

2025年 9月17日(水)

エネルギー量：687kcal	g
牛乳	
ごはん	
鰆の味噌マヨ焼き	
ブロッコリーの昆布和え	
五目汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鰆の味噌マヨ焼き】	
さわら	80
清酒	2
食塩	0
エッグケアドレッシング	4
赤みそ	4
こいくちしょうゆ	1
上白糖	2
玉葱	1
にんにく	0
かたくり粉	0
【ブロッコリーの昆布和え】	
ブロッコリー	45
にんじん	15
塩昆布	2
ごま油	1
【五目汁】	
絹ごし豆腐	20
はくさい	20
だいこん	25
にんじん	10
えのきたけ	5
糸みつば	1
うすくちしょうゆ	5
食塩	1
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月18日(木)

エネルギー量：755kcal	g
牛乳	
ミニコッペパン	
ナポリタン	
コンソメスープ	
ぶどうゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【ミニコッペパン】	
ミニコッペパン	35
【ナポリタン】	
スパゲッティ	50
茹で塩	0
ウィンナー	35
玉葱	55
マッシュルーム	12
青ピーマン	13
にんにく	0
オリーブ油	1
食塩	0
白こしょう	0
上白糖	0
トマトケチャップ	14
トマトピューレ	13
ウスターソース	3
濃厚ソース	1
【コンソメスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
キャベツ	40
玉葱	20
にんじん	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
【ぶどうゼリー】	
ぶどうゼリー	70

※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 9月19日(金)

エネルギー量：759kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉のごまだれ焼き	
白菜と大葉の香味和え	
キャベツのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉のごまだれ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	80
玉葱	40
にんじん	10
清酒	1
こいくちしょうゆ	6
上白糖	1
本みりん	2
ごま(ねり)	6
ごま(いり)	2
【白菜と大葉の香味和え】	
はくさい	50
にんじん	15
しそ葉	1
こいくちしょうゆ	3
上白糖	2
ごま油	0
【キャベツのみそ汁】	
絹ごし豆腐	20
キャベツ	35
だいこん	20
ぶなしめじ	5
葉ねぎ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月22日(月)

エネルギー量：695kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉とごぼうの炒め煮	
キャベツのゆかり和え	
みぞれ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉とごぼうの炒め煮】	
豚モモ(脂身付き)	80
玉葱	30
ごぼう	30
にんじん	20
えのきたけ	10
糸こんにゃく	15
糸みつば	0
上白糖	2
こいくちしょうゆ	7
油	1
いりこだし・昆布だし	5
【キャベツのゆかり和え】	
キャベツ	45
にんじん	15
ゆかり	0
上白糖	0
うすくちしょうゆ	1
【みぞれ汁】	
だいこんおろし	65
はくさい	23
にんじん	10
ぶなしめじ	5
絹ごし豆腐	30
糸みつば	1
しょうが	1
うすくちしょうゆ	5
食塩	1
だし昆布	1
いりこだし	3
かたくり粉	2
水	130

2025年 9月24日(水)

エネルギー量：680kcal	g
牛乳	
カレーピラフ	
大根サラダ	
じゃがいものスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【カレーピラフ】	
金賞健康米	90
豚ひき肉	30
ウィンナー	13
にんじん	10
玉葱	35
青ピーマン	10
とうもろこし	5
マッシュルーム	10
食塩	0
白こしょう	0
コンソメ	1
カレー粉	1
カレールウ	1
油	1
【大根サラダ】	
鶏若鶏肉ささ身	15
だいこん	45
きゅうり	10
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	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
エリンギ	10
とうもろこし	0
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
とりがらスープ	3
水	170

2025年 9月25日(木)

エネルギー量：765kcal	g
牛乳	
ごはん	
東住吉支援味付けのり	
赤魚の甘酢あんかけ	
さつま汁	
【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
【赤魚の甘酢あんかけ】	
赤魚	80
清酒	2
食塩	0
かたくり粉	5
米粉	1
揚げ油	5
玉葱	30
にんじん	10
葉ねぎ	1
しょうが	1
上白糖	5
うすくちしょうゆ	4
米酢	3
清酒	1
水	40
かたくり粉	2
【さつま汁】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	15
さつまいも	30
だいこん	15
ごぼう	10
にんじん	15
つきこんにゃく	10
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月26日(金)

エネルギー量：744kcal	g
牛乳	
メロンパン	
鶏肉と秋野菜の豆乳クリームシチュー	
グリーンサラダ	
みかん(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【メロンパン】	
メロンパン	60
【鶏肉と秋野菜の豆乳クリームシチュー】	
鶏若鶏肉モモ(皮なし)	50
白ワイン	1
ショルダーベーコン	5
さつまいも	40
にんじん	15
玉葱	55
ぶなしめじ	10
エリンギ	10
ほうれんそう	10
油	0
シチュールウ	13
コンソメ	0
とりがらスープ	3
水	70
濃久里夢（豆乳クリーム）	2
調製豆乳	49
【グリーンサラダ】	
キャベツ	35
ブロッコリー	25
さんどまめ	15
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
【みかん(缶詰)】	
みかん缶	50

2025年 9月29日(月)

エネルギー量：741kcal	g
牛乳	
ごはん	
みそカツ（愛知県）	
白菜のおかかぽん酢和え	
すまし汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【みそカツ（愛知県）】	
豚ヒレカツ	90
揚げ油	8
八丁味噌	5
赤みそ	3
上白糖	3
本みりん	3
水	30
かたくり粉	0
【白菜のおかかぽん酢和え】	
こまつな	20
はくさい	40
にんじん	10
糸かつお	1
粉かつお	1
ぽん酢	6
【すまし汁】	
絹ごし豆腐	20
玉葱	30
キャベツ	20
にんじん	10
糸みつば	1
うすくちしょうゆ	5
食塩	1
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2025年 9月30日(火)

エネルギー量：811kcal	g
牛乳	
ごはん	
ガパオライス（具）	
春雨スープ	
プリン	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【ガパオライス（具）】	
豚ひき肉	70
玉葱	40
赤ピーマン	10
黄ピーマン	10
ぶなしめじ	15
にんにく	0
しょうが	0
バジル(粉)	0
オイスターソース	2
ごま油	1
食塩	0
上白糖	4
中華だし	1
鶏がらだし	1
こいくちしょうゆ	4
【春雨スープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
緑豆はるさめ	12
はくさい	35
にんじん	5
にら	5
ごま油	0
食塩	0
白こしょう	0
中華だし	2
うすくちしょうゆ	2
本みりん	2
とりがらスープ	2
水	180
【プリン】	
プリン	70

＜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B_1、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。