



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

2024年 5月 1日(水)

エネルギー量 : 758kcal	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】	
りよくとうもやし	40
はくさい	40
えのきたけ	10
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	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

2024年 5月 2日(木)

エネルギー量 : 738kcal	g
牛乳	
鶏そぼろちらし寿司	
金時豆の煮もの	
若竹汁	
子どもの日デザート	
【牛乳】	
牛乳	206
【鶏そぼろちらし寿司】	
金賞健康米	85
だし昆布	0
米酢	12
上白糖	6
食塩	0
鶏若鶏肉ひき肉	30
高野豆腐	3
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	6
食塩	0
こいくちしょうゆ	6
削り節・昆布だし	8
きざみのり	0
【金時豆の煮もの】	
金時豆	20
上白糖	8
こいくちしょうゆ	2
食塩	0
水	20
【若竹汁】	
たけのこ	25
カットわかめ	1
木綿豆腐	25
玉葱	20
葉ねぎ	2
うすくちしょうゆ	6
食塩	1
だし昆布	1
削り節	3
水	180
【子どもの日デザート】	
子どもの日デザート	38

2024年 5月 7日(火)

エネルギー量 : 798kcal	g
牛乳	
オリーブパン	
鶏肉のレモンバジル焼き	
かぼちゃサラダ	
キャベツのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【オリーブパン】	
オリーブパン	70
【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
【かぼちゃサラダ】	
西洋かぼちゃ	50
きゅうり	5
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
【キャベツのスープ】	
キャベツ	35
玉葱	20
りよくとうもやし	15
にんじん	15
ショルダーベーコン	5
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

2024年 5月 8日(水)

エネルギー量 : 777kcal	g
牛乳	
チキンカレーライス	
キャベツとコーンのサラダ	
甘夏(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	70
にんじん	25
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
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	93
【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	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
【甘夏(缶詰)】	
甘夏みかん(缶詰)	50

2024年 5月 9日(木)

エネルギー量 : 710kcal	g
牛乳	
豆ごはん	
あじの蒲焼き	
キャベツとわかめの梅肉和え	
豆腐と小松菜のみそ汁	
【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】	
まあじ	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
【キャベツとわかめの梅肉和え】	
キャベツ	28
きゅうり	17
りよくとうもやし	20
にんじん	5
カットわかめ	0
上白糖	4
梅肉	1
こいくちしょうゆ	2
ごま(いり)	1
【豆腐と小松菜のみそ汁】	
木綿豆腐	20
油揚げ	10
こまつな	20
玉葱	20
にんじん	10
米みそ	13
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2024年 5月10日(金)

エネルギー量 : 830kcal	g
牛乳	
ごはん	
油淋鶏	
切り干し大根の中華和え	
大豆の華のスープ	
【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	3
ごま油	1
水	5
【切り干し大根の中華和え】	
ロースハム	5
切干しだいこん	5
きゅうり	30
にんじん	13
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
【大豆の華のスープ】	
大豆の華(フレーク)	4
木綿豆腐	20
レタス	20
りよくとうもやし	30
にんじん	10
葉ねぎ	2
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

2024年 5月13日(月)

エネルギー量 : 808kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉の塩こうじ焼き	
ひじきの炒め煮	
さつき汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉の塩こうじ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
塩麴	9
清酒	2
本みりん	2
【ひじきの炒め煮】	
干ひじき	2
にんじん	6
油揚げ	8
れんこん	9
つきこんにゃく	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
【さつき汁】	
たけのこ	20
ごぼう	11
にんじん	10
焼き豆腐	27
さやえんどう	10
米みそ	13
だし昆布	1
削り節	3
水	190

2024年 5月14日(火)

エネルギー量 : 687kcal	g
牛乳	
中華丼	
厚揚げの生姜醤油かけ	
中華スープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【中華丼】	
金賞健康米	95
豚モモ(脂身付き)	30
にんじん	15
キャベツ	31
はくさい	22
玉葱	40
たけのこ	19
チンゲンツァイ	19
干し椎茸	1
ごま油	2
しょうが	0
食塩	0
白こしょう	0
こいくちしょうゆ	5
上白糖	1
中華だし	2
水	30
かたくり粉	3
【厚揚げの生姜醤油かけ】	
絹厚揚げ	45
しょうが	1
上白糖	1
こいくちしょうゆ	3
【中華スープ】	
だいこん	30
玉葱	30
えのきたけ	10
ロースハム	5
とうもろこし	5
カットわかめ	1
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

2024年 5月15日(水)

エネルギー量 : 726kcal	g
牛乳	
ごはん	
さわらの西京焼き	
小松菜のからし和え	
雷汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【さわらの西京焼き】	
さわら	80
白みそ	7
うすくちしょうゆ	2
清酒	1
本みりん	2
上白糖	2
【小松菜のからし和え】	
こまつな	30
りょくとうもやし	27
にんじん	10
うすくちしょうゆ	3
本みりん	1
上白糖	1
からし	0
【雷汁】	
木綿豆腐	25
ごま油	0
油揚げ	5
ごぼう	15
だいこん	20
さといも	15
つきこんにゃく	10
葉ねぎ	2
米みそ	13
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2024年 5月16日(木)

エネルギー量 : 824kcal	g
発酵乳	
黒糖パン	
ポークビーンズ	
ABCマカロニスープ	
ソフトクリームヨーグルト	
【発酵乳】	
発酵乳	180
【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)	27
玉葱	50
じゃがいも	40
にんじん	20
グリーンピース	5
トマト缶詰	35
トマトピューレ	7
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	2
食塩	0
白こしょう	0
コンソメ	1
油	1
水	30
かたくり粉	1
【ABCマカロニスープ】	
アルファベットマカロニ	5
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
キャベツ	45
にんじん	15
コンソメ	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	185
【ソフトクリームヨーグルト】	
ソフトクリームヨーグルト	80

2024年 5月17日(金)

エネルギー量 : 711kcal	g
牛乳	
ごはん	
回鍋肉	
胡瓜の中華和え	
じゃがいものスープ	
【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
【胡瓜の中華和え】	
りょくとうもやし	40
きゅうり	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
【じゃがいものスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
じゃがいも	50
玉葱	20
カットわかめ	0
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

2024年 5月20日(月)

エネルギー量 : 682kcal	g
牛乳	
わかめごはん(半量)	
五目うどん	
大根の甘酢づけ	
りんご(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【わかめごはん(半量)】	
金賞健康米	48
わかめごはんの素	1
【五目うどん】	
うどん(ゆで)	160
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	43
油揚げ	10
にんじん	10
はくさい	45
葉ねぎ	5
しょうが	1
うすくちしょうゆ	12
本みりん	8
食塩	0
だし昆布	1
削り節	4
水	210
【大根の甘酢づけ】	
だいこん	55
ぶなしめじ	10
糸かまぼこ	9
米酢	2
うすくちしょうゆ	3
上白糖	2
【りんご(缶詰)】	
りんご(缶詰)	50

B部門(知的障がい教育部門)
運動会代休

※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。

2024年 5月21日(火)

エネルギー量 : 798kcal	g
牛乳	
肉野菜炒め丼	
蒸し焼売	
具だくさんみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【肉野菜炒め丼】	
金賞健康米	95
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	50
玉葱	25
にんじん	20
キャベツ	45
エリンギ	12
油	1
りんごピューレ	6
玉葱	3
しょうが	1
にんにく	1
こいくちしょうゆ	4
赤みそ	3
ウスターソース	2
清酒	1
上白糖	1
本みりん	1
オイスターソース	1
食塩	0
白こしょう	0
【蒸し焼売】	
安心素材肉焼売	54
【具だくさんみそ汁】	
油揚げ	5
だいこん	20
西洋かぼちゃ	20
ぶなしめじ	10
ごぼう	15
玉葱	20
葉ねぎ	2
米みそ	13
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2024年 5月22日(水)

エネルギー量 : 711kcal	g
牛乳	
うずまきパン	
イチゴジャム	
かつおのガーリックマヨネーズ焼き	
えだまめサラダ	
ジュリエンヌスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【うずまきパン】	
うずまきパン	70
【イチゴジャム】	
イチゴジャム	15
【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	10
【えだまめサラダ】	
ロースハム	10
むきえだまめ	10
とうもろこし	5
キャベツ	30
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
【ジュリエンヌスープ】	
だいこん	40
玉葱	35
にんじん	10
ショルダーベーコン	5
パセリ	0
とりがらスープ	2
コンソメ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	170

2024年 5月23日(木)

エネルギー量 : 793kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉のごまだれ焼き	
三度豆のゆかり和え	
のっぺい汁	
【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)	90
玉葱	20
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
【三度豆のゆかり和え】	
キャベツ	35
さんどまめ	30
ゆかり	0
上白糖	0
うすくちしょうゆ	2
【のっぺい汁】	
油揚げ	10
だいこん	30
にんじん	10
さといも	20
つきこんにゃく	5
ぶなしめじ	5
葉ねぎ	3
食塩	1
うすくちしょうゆ	5
ごま油	1
だし昆布	1
削り節	3
水	170
かたくり粉	2

2024年 5月24日(金)

エネルギー量 : 742kcal	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】	
牛ひき肉	10
豚ひき肉	40
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	4
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	1
【そら豆の塩ゆで】	
そらまめ	40
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
玉葱	30
鶏若鶏肉胸(皮付き)	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

2024年 5月27日(月)

エネルギー量 : 724kcal	g
牛乳	
筍ごはん	
大根の甘酢づけ	
わかめうどん	
みかん(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【筍ごはん】	
金賞健康米	90
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	30
油揚げ	5
にんじん	10
たけのこ	30
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
削り節・昆布だし	20
【大根の甘酢づけ】	
だいこん	55
はくさい	28
米酢	2
うすくちしょうゆ	3
上白糖	2
【わかめうどん】	
うどん(ゆで)	60
カットわかめ	1
豚モモ(脂身付き)	5
油揚げ	5
にんじん	10
白ねぎ	7
うすくちしょうゆ	6
本みりん	1
食塩	0
だし昆布	0
削り節	4
水	190
【みかん(缶詰)】	
みかん(缶詰)	50

2024年 5月28日(火)

エネルギー量 : 746kcal	g
牛乳	
ごはん	
さばの生姜煮	
キャベツのごま酢あえ	
沢煮風みそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【さばの生姜煮】	
まさば	70
しょうが	1
こいくちしょうゆ	6
清酒	6
本みりん	5
上白糖	4
だし昆布	0
削り節	0
水	25
【キャベツのごま酢あえ】	
キャベツ	40
りよくとうもやし	25
にんじん	6
ごま(いり)	1
ごま(ねり)	1
米酢	2
うすくちしょうゆ	2
上白糖	2
【沢煮風みそ汁】	
油揚げ	5
だいこん	45
にんじん	15
干し椎茸	1
ごぼう	15
葉ねぎ	2
米みそ	13
だし昆布	1
削り節	3
水	170

A部門(肢体不自由教育部門)
運動会代休

2024年 5月29日(水)

エネルギー量：789kcal	g
牛乳	
ごはん	
酢豚	
小松菜の中華スープ	
パイナップル(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【酢豚】	
豚モモ(脂身付き)	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	5
米粉	3
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	20
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	45
かたくり粉	1
【小松菜の中華スープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	5
こまつな	20
玉葱	30
えのきたけ	10
白ねぎ	15
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
【パイナップル(缶詰)】	
パイナップル(缶詰)	55

2024年 5月30日(木)

エネルギー量：753kcal	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け	
五目汁	
【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)	70
キャベツ	40
玉葱	30
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
【焼きかぼちゃの甘みつけ】	
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
【五目汁】	
油揚げ	8
だいこん	40
りょくとうもやし	20
にんじん	10
ぶなしめじ	10
糸みつば	2
うすくちしょうゆ	5
食塩	1
だし昆布	1
削り節	3
水	170

2024年 5月31日(金)

エネルギー量：769kcal	g
牛乳	
メロンパン	
チキンのトマト煮	
ツナポテト	
ブロッコリーのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【メロンパン】	
メロンパン	60
【チキンのトマト煮】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	57
玉葱	38
ぶなしめじ	14
さんどまめ	9
にんにく	0
トマトケチャップ	5
トマトピューレ	2
トマト缶詰	25
濃厚ソース	2
ウスターソース	1
上白糖	2
食塩	0
コンソメ	1
油	1
水	8
【ツナポテト】	
じゃがいも	50
玉葱	15
まぐろ缶詰(油漬フレーク)	14
きゅうり	9
白こしょう	0
食塩	0
エッグケアドレッシング	12
【ブロッコリーのスープ】	
ブロッコリー	30
キャベツ	20
玉葱	15
にんじん	10
ショルダーベーコン	5
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

<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。