



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 3月 3日(月)

エネルギー量 : 739kcal	g
牛乳	
鶏そぼろちらし寿司	
小松菜の和え物	
にゅうめんじたて(ビーフン)	
三色花ゼリー	
【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	35
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	5
きざみのり	0
【小松菜の和え物】	
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
削り節・昆布だし	1
【にゅうめんじたて(ビーフン)】	
ビーフン	15
油揚げ	10
にんじん	10
玉葱	15
だいこん	25
系みつば	1
うすくちしょうゆ	5
清酒	0
食塩	0
だし昆布	1
削り節	3
水	185
【三色花ゼリー】	
三色花ゼリー	45

2025年 3月 4日(火)

エネルギー量 : 751kcal	g
牛乳	
黒糖パン	
豚肉ときのこのデミグラスソース	
イタリアンサラダ	
コンソメスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【黒糖パン】	
黒糖パン	70
【豚肉ときのこのデミグラスソース】	
豚モモ(脂身付き)	60
白ワイン	1
玉葱	75
エリンギ	12
ぶなしめじ	13
にんにく	1
油	0
食塩	0
白こしょう	0
ハヤシルウ	1
トマトケチャップ	9
濃厚ソース	3
ウスターソース	4
上白糖	1
水	28
【イタリアンサラダ】	
キャベツ	30
にんじん	10
ブロッコリー	20
とうもろこし	10
イタリアンドレッシング	8
【コンソメスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
だいこん	30
にんじん	15
じゃがいも	25
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

※ B部門高等部 卒業式 ※

2025年 3月 5日(水)

エネルギー量 : 742kcal	g
牛乳	
ごはん	
さわらの香味だれ	
若ごぼうの炒め煮	
ちゃんこ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【さわらの香味だれ】	
さわら	80
食塩	0
清酒	1
しょうが	1
葉ねぎ	4
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
上白糖	1
ごま油	0
かたくり粉	0
水	7
【若ごぼうの炒め煮】	
若ごぼう	40
米酢	1
油揚げ	8
にんじん	10
油	0
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
上白糖	1
削り節・昆布だし	15
【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

※ B部門中学部 卒業式 ※

2025年 3月 6日(木)

エネルギー量 : 745kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚じゃが	
ささみとキャベツの梅肉和え	
海苔と鰹の佃煮	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【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
削り節	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	14
キャベツ	30
りょくとうもやし	20
にんじん	6
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
【海苔と鰹の佃煮】	
粉かつお	1
生しいたけ	1
きざみのり	3
上白糖	1
清酒	2
本みりん	5
こいくちしょうゆ	5
削り節・昆布だし	23

※ B部門小学部 卒業式 ※

2025年 3月 7日(金)

エネルギー量 : 769kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉の中華炒めあんかけ	
チンゲンサイの中華スープ	
ミックスフルーツ(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉の中華炒めあんかけ】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	60
清酒	1
絹厚揚げ	30
しょうが	1
にんにく	1
はくさい	45
たけのこ	15
にんじん	15
玉葱	60
にら	5
干し椎茸	1
オイスターソース	1
こいくちしょうゆ	3
うすくちしょうゆ	2
本みりん	2
上白糖	1
中華だし	2
ごま油	1
水	5
かたくり粉	3
【チンゲンサイの中華スープ】	
ロースハム	5
チンゲンツァイ	20
玉葱	30
だいこん	25
とりがらスープ	3
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(缶詰果肉)	16
みかん(缶詰)	22
パインアップル(缶詰)	19

※ A部門 卒業式 ※

2025年 3月18日(火)

エネルギー量：760kcal	g
牛乳	
ごはん	
鯖のみそだれかけ	
三色きんぴら	
のっぺい汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鯖のみそだれかけ】	
まさば	70
清酒	3
白ねぎ	3
赤みそ	3
こいくちしょうゆ	2
上白糖	2
清酒	2
本みりん	2
にんにく	0
しょうが	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
【のっぺい汁】	
油揚げ	5
だいこん	30
にんじん	10
さといも	25
つきこんにやく	5
ぶなしめじ	5
葉ねぎ	1
食塩	1
うすくちしょうゆ	5
だし昆布	1
削り節	3
水	170
かたくり粉	2

2025年 3月19日(水)

エネルギー量：715kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉のオイスターソース炒め	
焼きじゃが	
わかめスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉のオイスターソース炒め】	
豚モモ(脂身付き)	80
清酒	2
しょうが	0
チンゲンツァイ	30
玉葱	30
にんじん	20
かたくり粉	2
こいくちしょうゆ	2
うすくちしょうゆ	0
上白糖	1
鶏がらだし	1
オイスターソース	1
白こしょう	0
ごま油	1
【焼きじゃが】	
じゃがいも	60
食塩	0
油	1
パセリ	0
【わかめスープ】	
鶏若鶏肉胸(皮付き)	10
木綿豆腐	20
カットわかめ	1
だいこん	30
はくさい	20
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

2025年 3月21日(金)

エネルギー量：760kcal	g
牛乳	
和風カレー丼	
白菜のすまし汁	
いちごゼリー	
【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	5
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
削り節	1
水	50
【白菜のすまし汁】	
絹ごし豆腐	20
はくさい	35
だいこん	15
にんじん	10
カットわかめ	0
うすくちしょうゆ	5
食塩	0
だし昆布	1
削り節	3
水	170
【いちごゼリー】	
Newストロベリーフレッシュ	50

<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。