

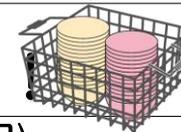
令和6年度

9月こんだてひょう

9月の給食月目標

かたづ

きれいに片付けよう



大阪府立枚方支援学校
枚支内第139号

9月3日(火)

9月4日(水)

9月5日(木)

9月6日(金)

9月9日(月)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【コッペパン】 コッペパン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)
【フランクフルト】 酵母入りウィンナー トマトケチャップ トマトピューレ 上白糖 (小3まで1本101kcal/小4から2本202kcal)	【ミートボールカレールー】 ミートボール にんにく しょうが 菜種サラダ油 カレー粉 玉葱 ソテーオニオン にんじん	【てりやきハンバーグ】 豚ひき肉 牛ひき肉 玉葱 にんじん 豆乳クリーム パン粉 まめプラスミート 食塩	【さんまの生姜煮】 さんま しょうが 白ねぎ 中ざら糖 清酒 こいくちしょうゆ こんぶ 1切(220kcal)	【鶏の塩麹焼き】 鶏モモ肉 しょうが 塩こうじ 清酒 本みりん (小3まで1個104kcal/小4から2個207kcal)
【キャベツソテー】 ショルダーベーコン キャベツ オリーブ油 食塩 白こしょう (12/16/19kcal)	じゃがいも 焙煎小麦粉 有塩バター コリアンダー 食塩 白こしょう	白こしょう ナツメグパウダー こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん かたくり粉	【フライド里芋】 冷凍さといも かたくり粉 上新粉 菜種白絞油 食塩 (55/71/84kcal)	【菊花和え】 はくさい だいこん こまつな 菊のり(乾燥菊) うすくちしょうゆ 上白糖 食塩 ごま油 ごま(いり) (14/19/22kcal)
【ABCマカロニスープ】 アルファベットマカロニ にんじん 玉葱 レタス ぶなしめじ セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (32/42/49kcal)	トマトピューレ ウスターソース とりがらスープ 白いんげん豆ピューレ りんごピューレ 脱脂粉乳 (151/198/233kcal)	【救給根菜汁】 救給根菜汁 1袋 (45kcal)	【チンゲン菜のみそ汁】 うすあげ チンゲン菜 玉葱 じゃがいも にんじん だし汁(かつお、昆布) 麦みそ (50/65/77kcal)	【さつまいものみそ汁】 さつまいも うすあげ にんじん 玉葱 ぶなしめじ チンゲン菜 だし汁(かつお、昆布) 麦みそ (50/65/77kcal)
【プリン】 とろけるプリン 1個 (77kcal)	【はるさめサラダ】 緑豆ブレンド春雨 にんじん キャベツ 糸かまぼこ エッグゲアマヨネーズ レモン(果汁) 上白糖 菜種サラダ油 食塩 しょうゆ ワイン風調味料 うすくちしょうゆ (57/74/87kcal)	【大豆ふりかけ】 大豆の華 ちりめん ごま(いり) 菜種サラダ油 清酒 塩こんぶ 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ (23/30/35kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal)
	【アーモンドフィッシュ】 アーモンドフィッシュ 1袋 (24kcal)	防災備蓄食の献立		重陽の節句献立
543/750/760kcal	580/709/806kcal	526/707/761kcal	682/778/852kcal	541/735/802kcal

重陽の節句 献立

9月9日は
「重陽の節句」です。



この日は別名、菊の節句ともいわれます。菊の香りに移した菊酒を飲んだりして邪気を払い、長命を願う風習があります。給食では菊の花を和え物に使います。



9月10日(火)

9月11日(水)

9月12日(木)

9月13日(金)

9月17日(火)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)
【鶏肉のみそマヨ炒め】 鶏モモ肉 玉葱 にんじん キャベツ エリンギ しょうが 菜種サラダ油 食塩 白こしょう 清酒 上白糖 本みりん エッグケアマヨネーズ みみそ かたくり粉 (119/156/183kcal)	【さばの塩焼き】 さば レモン(果汁) 清酒 食塩 (小6まで小1134kcal/中学部から大179kcal)
【わかめスープ】 ショルダーベーコン カットわかめ 絹ごしとうふ にんじん だいこん りょくとうもやし とりがらスープ うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 かたくり粉 ごま油 (37/48/57kcal)	【治部煮】 鶏モモ肉 かたくり粉 冷凍さといも にんじん たけのこ水煮 こまつな 干し椎茸 焼き麩(おつゆ麩) だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 本みりん 上白糖 かたくり粉 (94/122/144kcal)
【冷凍パイ】 冷凍パイ 1袋 (21kcal)	【ひじきふりかけ】 干ひじき 大豆の華 ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん だし汁(かつお・昆布) (18/23/27kcal)
	石川県の献立
525/638/723kcal	594/692/812kcal

日本の郷土料理を知ろう

～石川県編～

治部煮

治部煮は石川県金沢市の郷土料理で、鶏肉(鴨肉)に小麦粉や片栗粉をまぶして野菜と一緒に煮た料理です。



献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【食パン】 食パン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)
【ヒレカツ】 豚ひれ 清酒 白こしょう 薄力粉 パン粉 菜種白絞油 濃厚ソース ウスターソース トマトケチャップ こいくちしょうゆ 本みりん 中ざら糖 (小3まで1個116kcal/小4から2個231kcal)	【マーボー丼のあん】 冷凍豆腐 豚ひき肉 しょうが にんにく 干し椎茸 玉葱 にら まめプラスミート 菜種サラダ油 清酒 上白糖 トウバンジャン テンメンジャン とりがらスープ こいくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 ごま油 (153/200/235kcal)	【鮭の塩焼き】 銀さけ 食塩 清酒 (小6まで小115kcal/中学部から大153kcal)
【ゆでとうもろこし】 とうもろこし (小6まで小20kcal/中学部から大40kcal)	【中華スープ】 ショルダーベーコン チンゲン菜 にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (48/63/74kcal)	【さつま芋のバター煮】 さつまいも 牛乳 有塩バター 上白糖 食塩 (44/58/68kcal)
【コンソメスープ】 酵母入りウィンナー じゃがいも にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (48/63/74kcal)	【中華スープ】 ショルダーベーコン チンゲン菜 にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 セロリー とりがらスープ うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 本みりん かたくり粉 ごま油 (37/48/57kcal)	【団子汁】 白玉団子 うすあげ にんじん とうがん ふなしめじ 青ねぎ だし汁(かつお・昆布) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 (72/94/110kcal)
	【やさいゼリー】 やさいゼリー 1個 (42kcal)	【お月見ゼリー】 十五夜デザート 1個 (51kcal)
		お月見の献立
505/747/758kcal	580/703/796kcal	630/731/844kcal

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。

9月18日(水)

9月19日(木)

9月20日(金)

9月24日(火)

9月25日(水)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ナポリタンスパゲティ】 カットスパゲティ ショルダーベーコン 酵母入りウィンナー にんじん	【黒糖パン】 黒糖パン 1個 (小3まで小205kcal/小4から大308kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)
【そぼろキムチ丼のあん】 豚ひき肉 にんにく しょうが 冷凍白菜キムチ にんじん 玉葱 りょくとうもやし にら ぶなしめじ まめプラスミート 菜種サラダ油 食塩 白こしょう 清酒 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 (109/142/167kcal)	【粉チーズ(個包装)】 粉チーズ 1袋 (263/343/404kcal)	【ポテトのチーズ焼き】 ショルダーベーコン にんにく じゃがいも 乾燥マッシュポテト 玉葱 牛乳 有塩バター 白こしょう 食塩 パセリ(乾) シュレッドチーズ (小3まで小169kcal/小4から大137kcal)	【アドボ(鶏の甘酢煮)】 鶏モモ肉 じゃがいも 玉葱 にんにく しょうが りんご酢 中ざら糖 こいくちしょうゆ 白こしょう 清酒 (131/171/201kcal)
【たまごスープ】 たまご 絹ごしとうふ 玉葱 にんじん チンゲン菜 とりがらスープ うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 本みりん かたくり粉 ごま油 (62/82/96kcal)	【レタススープ】 レタス にんじん 玉葱 エリンギ とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 (28/37/43kcal)	【カレー風味スープ】 鶏モモ肉 酵母入りウィンナー さつまいも にんじん 玉葱 ソテーオニオン マッシュルーム水煮 オリーブ油 カレー粉 とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (94/122/144kcal)	【厚あげのスープ】 絹厚揚げ にんじん 玉葱 チンゲン菜 干し椎茸 しょうが とりがらスープ うすくちしょうゆ 清酒 白こしょう 食塩 かたくり粉 ごま油 (49/64/76kcal)
	【南瓜ドーナツ】 絹ごしとうふ ホットケーキミックス 南瓜うらごし 粉糖 菜種白絞油 1個(131kcal)		【のり佃煮】 焼きのり 上白糖 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん (10/14/16kcal)
			フィリピンの献立
519/637/725kcal	559/648/715kcal	505/704/726kcal	538/662/754kcal

給食で世界を巡ろう!

～フィリピン編～



アドボ

アドボはフィリピンの代表的な家庭料理です。肉をしょうゆと酢などの調味液に漬けてから、煮込んでつくりまします。

地域ごと家庭ごとに異なる具は様々ですが、肉は主に豚肉か鶏肉が使われます。たくさんの酢を使って煮込むので肉が柔らかく仕上がります。

献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 もち米
【ひじきまぜごはんの具】 干ひじき にんじん つきこんやく うすあげ 凍り豆腐 菜種サラダ油 うすくちしょうゆ 上白糖 清酒 食塩 (230/301/354kcal)
【鶏のからあげ】 鶏モモ肉 食塩 清酒 こいくちしょうゆ しょうが かたくり粉 上新粉 菜種白絞油 (小3まで2個165kcal/小4から3個248kcal)
【五目汁】 だいこん にんじん 玉葱 たけのこ水煮 干し椎茸 つきこんやく うすあげ 青ねぎ しょうが だし汁(かつお・昆布) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 (46/60/71kcal)
587/746/810kcal

9月26日(木)

9月27日(金)

9月30日(月)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【うずまきパン】 うずまきパン 1個 (小3まで小193kcal/小4から大289kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【食パン】 食パン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)
【ビーフシチュー】 和牛モモ肉 にんにく しょうが ワイン風調味料 玉葱 にんじん じゃがいも マッシュルーム水煮 ソテーオニオン 白いんげん豆ピューレ トマトピューレ トマトケチャップ デミグラスソース とりがらスープ 濃厚ソース 焙煎小麦粉 有塩バター 菜種サラダ油 脱脂粉乳 食塩 白こしょう (187/245/288kcal)	【さばのさっぱり煮】 さば にんにく しょうが 白ねぎ りんご酢 中ざら糖 清酒 こいくちしょうゆ こんぶ 1切(223kcal) 【里芋のみそ汁】 冷凍さといも うすあげ つきこんにゃく にんじん だいこん 青ねぎ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (55/71/84kcal)	【カレーピーンズ】 蒸し大豆 豚ひき肉 にんにく じゃがいも にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 トマトピューレ オリーブ油 カレー粉 米粉カレールウ トマトケチャップ 濃厚ソース 白いんげん豆ピューレ 脱脂粉乳 とりがらスープ ワイン風調味料 白こしょう 食塩 上白糖 (142/186/219kcal)
【マカロニサラダ】 シェルマカロニ 大豆の華 にんじん スイートコーン水煮 キャベツ エッグゲアマヨネーズ レモン(果汁) 上白糖 菜種サラダ油 食塩 白こしょう ワイン風調味料 (70/92/108kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal) 【パインゼリー】 パインゼリー 1個 (38kcal)	【寒天マヨサラダ】 ぶるぶる寒天 にんじん スイートコーン水煮 キャベツ りょくとうもやし エッグゲアマヨネーズ レモン(果汁) 上白糖 菜種サラダ油 食塩 白こしょう ワイン風調味料 うすくちしょうゆ (49/64/76kcal)
587/763/822kcal	673/754/816kcal	582/733/777kcal

★給食の給与エネルギー量の基準を変更しました★
令和6年4月の児童生徒の身長等の測定結果から必要エネルギー量を算出し、基準値を設定しました。令和6年9月以降はこちらを基準として献立を作成します。

学校給食の給与エネルギー基準値			
枚方支援学校の基準値		学校給食摂取基準(文部科学省)	
小学部1-3年	502kcal	6-7歳	530kcal
小学部4-6年	669kcal	8-9歳	650kcal
中学部・高等部	787kcal	10-11歳	780kcal
		12-14歳	830kcal
		高等部生徒	860kcal

