

令和6年度 10月こんだてひょう

10月の給食月目標しよくじ

食事のマナーを知らう!

大阪府立枚方支援学校
枚支内第161号

10月1日(火)

10月2日(水)

10月3日(木)

10月4日(金)

10月7日(月)

10月8日(火)

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	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)	【りんごジュース】 りんごジュース 1本(94kcal)
【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(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【秋の味覚ごはん】 金賞健康米 もち米 日本ぐり にんじん	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【コッペパン】 コッペパン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)
【みそ炒め丼】 豚モモ肉 しょうが にんにく キャベツ にんじん 玉葱 青ピーマン 干し椎茸 菜種サラダ油 清酒 上白糖 こいくちしょうゆ	【鶏の玄米焼き】 鶏モモ肉 食塩 白こしょう エッグケアマヨネーズ りんご酢 発芽玄米フレーク (小3まで1個131/小4から2個261kcal)	【豚そぼろ】 豚ひき肉 まめプラスミート しょうが 玉葱 上白糖 こいくちしょうゆ 清酒 菜種サラダ油 (53/69/81kcal)	【じゃがいももち】 じゃがいも シュレッドチーズ かたくり粉 薄力粉 菜種白絞油 中ぎら糖 本みりん こいくちしょうゆ かたくり粉 (小3まで小86/小4から大171kcal)	【ししゃもフライ】 子持ちししゃもフライ 菜種白絞油 トマトケチャップ エッグケアマヨネーズ 濃厚ソース 上白糖 ワイン風調味料 (小3まで2個121/小4から3個182kcal)	【チキンのハーブ焼き】 鶏モモ肉 食塩 にんにく しょうが 白こしょう パジル(粉) パセリ(乾) ワイン風調味料 (小3まで1個96/小4から2個191kcal)
【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)	【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)	【春雨スープ】 鶏モモ肉 緑豆ブレンド春雨 にんじん だいこん うすあげ 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 (83/108/127kcal)	【鮭の幽庵焼き】 銀さけ 食塩 清酒 ゆず(果汁) うすくちしょうゆ 本みりん 上白糖 かたくり粉 (小6まで小131/中1から大175kcal)	【肉団子スープ】 ミートボール にんじん だいこん チンゲン菜 ぶなしめじ しょうが とりがらスープ 本みりん うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 かたくり粉 ごま油 (63/82/97kcal)	【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)
【アーモンドフィッシュ】 アーモンドフィッシュ 1袋(24kcal)			【やさいゼリー】 やさいゼリー (42kcal)	【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)	【コーンクリームスープ】 ショルダーベーコン じゃがいも にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 スイートコーン水煮 コーンピューレ パセリ(乾) 菜種サラダ油 上新粉 有塩バター 牛乳 とりがらスープ 白こしょう 食塩 脱脂粉乳 (100/131/154kcal)
522/633/717kcal	546/761/825kcal	570/761/841kcal	570/650/754kcal	542/691/757kcal	518/750/783kcal

10月9日(水)

10月10日(木)

10月11日(金)

10月15日(火)

10月16日(水)

10月17日(木)

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	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)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【きのこスパゲティ】 カットスパゲティ ショルダーベーコン	【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(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)
【豚じゃが】 豚モモ肉 じゃがいも にんじん 玉葱 糸こんにゃく 菜種サラダ油 清酒 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん (125/164/193kcal)	鶏モモ肉 キャベツ 玉葱 にんじん マッシュルーム水煮 ぶなしめじ エリンギ にんにく 菜種サラダ油 ワイン風調味料 食塩 白こしょう とりがらスープ 有塩バター うすくちしょうゆ (240/314/369kcal)	【元気ハンバーグ】 豚ひき肉 鶏ひき肉 玉葱 にんじん 青ピーマン 豆乳クリーム パン粉 まめプラスミート 食塩 白こしょう ナツメグパウダー 青ねぎ りんごピューレ ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 (小3まで小101/小4から大202kcal)	【さばのキムチ煮】 さば にんにく しょうが 白ねぎ 白菜キムチ りんご酢 中ざら糖 清酒 こいくちしょうゆ こんぶ (1切 (218kcal))	【ひき肉のカレールウ】 豚ひき肉 にんにく しょうが ワイン風調味料 玉葱 ソテーオニオン にんじん なす まめプラスミート トマトピューレ 焙煎小麦粉 有塩バター 菜種サラダ油 カレー粉 コリアンダー 食塩 白こしょう 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 (170/223/262kcal)	【肉豆腐】 和牛モモ肉 玉葱 白ねぎ しらたき 焼きとうふ 菜種サラダ油 食塩 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん (152/199/234kcal)
【ごぼうレモンサラダ】 ごぼう キャベツ にんじん スイートコーン水煮 エッグケアマヨネーズ レモン(果汁、生) うすくちしょうゆ 上白糖 白こしょう ワイン風調味料 食塩 (47/61/72kcal)	【レタススープ】 れたすスープ 酵母入りウィンナー レタス じゃがいも にんじん 玉葱 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 (50/65/77kcal)	【なすのみそ汁】 なす にんじん 玉葱 ぶなしめじ チンゲン菜 うすあげ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (47/61/72kcal)	【さつまいものみそ汁】 さつまいも 玉葱 にんじん ぶなしめじ レタス ショルダーベーコン だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (60/79/93kcal)	【豆さつまバター】 蒸し大豆 上新粉 さつまいも 菜種サラダ油 牛乳 有塩バター 上白糖 (117/153/180kcal)	【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)	【トマトドーナツ】 絹ごしとうふ ホットケーキミックス トマトピューレ 粉糖 菜種白絞油 1個 (125kcal)	【さつまいもチップ】 サツマイモチップ 1袋 (22kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal)	【ジャーマンポテト】 ショルダーベーコン じゃがいも 玉葱 スイートコーン水煮 食塩 白こしょう オリーブ油 (39/51/60kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋 (9kcal)
				【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー 1個 (51kcal)	
529/647/736kcal	552/641/708kcal	518/698/758kcal	635/719/782kcal	608/738/835kcal	626/774/885kcal

※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。

10月24日(木)

10月25日(金)

10月28日(月)

10月29日(火)

10月30日(水)

10月31日(木)

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	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)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ソースやきそば】 焼きそば用中華めん 豚モモ肉 まめプラスミート キャベツ にんじん 玉葱 りょくとうもやし にら 菜種サラダ油 白こしょう 清酒 濃厚ソース ウスターソース かつお節(個包装) (265/346/407kcal)	【牛肉まぜごはん】 金賞健康米 まいたけ エリンギ 和牛モモ肉 干し椎茸 にんじん こいくちしょうゆ 本みりん 清酒 菜種サラダ油 (247/323/380kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【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)	【黒糖パン】 黒糖パン 1個 (小3まで小205kcal/小4から大308kcal)
【かぶのスープ】 かぶ かぶ(葉) 玉葱 にんじん 干し椎茸 ショルダーベーコン 絹ごしとうふ とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん (95/124/146kcal)	【みそちゃんこ風煮】 鶏モモ肉 ミートボール はくさい だいこん 白ねぎ にんじん にんにく しょうが だし汁(かつお・昆布) だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 本みりん 米みそ (95/124/146kcal)	【さばの塩焼き】 さば レモン(果汁) 清酒 食塩 (小6まで小179/中1から大238kcal)	【豚肉の野菜炒め】 豚モモ肉 しょうが にんにく 赤ピーマン にんじん 玉葱 キャベツ 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 かぼす(果汁) 白こしょう 清酒 上白糖 こいくちしょうゆ 西洋かぼちゃ うすあげ にんじん 玉葱 チンゲン菜 ぶなしめじ だし汁(かつお・昆布) にら 玉葱 だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん かたくり粉 (49/65/76kcal)	【鶏のかぼす揚げ】 鶏モモ肉 清酒 かたくり粉 上新粉 菜種白絞油 こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖 かぼす(果汁) (小3まで2個186/小4から3個279kcal)	【高野豆腐のミート焼き】 豚ひき肉 まめプラスミート にんにく 玉葱 にんじん じゃがいも オリーブ油 ワイン風調味料 トマトケチャップ トマトピューレ 濃厚ソース 凍り豆腐 牛乳 白こしょう 食塩 パン粉 プロセスチーズ (小3まで小112/小4から大223kcal)
【麩のラスク】 焼き麩(おつゆ麩) グラニュー糖 有塩バター (69/90/106kcal)	【星型ポテト】 北海道星型ポテト 菜種白絞油 (70/92/108kcal)	【大根のみそ汁】 だいこん にんじん 玉葱 うすあげ つきこんやく カットわかめ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (46/60/70kcal)	【にらのかきたま汁】 たまご にんじん にら 玉葱 だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん かたくり粉 (49/65/76kcal)	【南瓜のみそ汁】 かぼちゃのみそ汁 (小3まで2個186/小4から3個279kcal)	【白菜スープ】 酵母入りウィンナー はくさい 玉葱 にんじん マッシュルーム水煮 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 (43/56/66kcal)
513/627/714kcal	549/676/771kcal	598/681/803kcal	505/619/704kcal	618/802/870kcal	539/766/776kcal

むげんファームのチンゲン菜を使います

【パンフキンババロア】
パンフキンババロア
1個(42kcal)