

令和6年度 11月こんだてひょう

11月の給食月目標

よくかんで食べよう!

大阪府立枚方支援学校
枚支内第185号

11月1日(金)

11月5日(火)

11月6日(水)

11月7日(木)

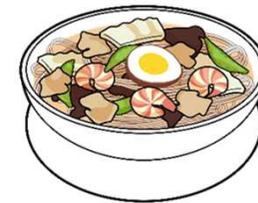
11月8日(金)

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)
【トマトスパゲティ】 カットスパゲティ ショルダーベーコン	【ごはん】 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)
豚モモ肉 マッシュルーム水煮 玉葱 にんじん 赤ピーマン セロリー にんにく カットトマト水煮 オリーブ油 トマトケチャップ ウスターソース 上白糖 食塩 白こしょう とりがらスープ ワイン風調味料	【肉じゃが】 和牛モモ肉 じゃがいも にんじん 玉葱 しらたき 菜種サラダ油 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん (148/194/228kcal)	【チーズ入りハンバーグ】 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 白こしょう ナツメグパウダー ダイスカットチーズ 濃厚ソース トマトケチャップ デミグラスソース 上白糖 ワイン風調味料 (小3まで小127/小4から大254kcal)	【鱈の竜田あげ】 とろあじ 清酒 食塩 かたくり粉 菜種白絞油 (1切 188kcal)
【粉チーズ(個包装)】 バルメザンチーズ (236/309/363kcal)	【小松菜ソテー】 こまつな 玉葱 にんじん ショルダーベーコン オリーブ油 食塩	【かぶのみそ汁】 かぶ かぶ(葉) にんじん ぶなしめじ 絹厚揚げ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (53/69/81kcal)	【タイピーエン】 豚モモ肉 しばえび にんじん 玉葱 はくさい だけのご水煮 干し椎茸 しょうが 緑豆ブレンド春雨 豚骨スープ白湯 うすくちしょうゆ 清酒 本みりん 白こしょう 食塩 ラード ごま油 (116/152/179kcal)
【レタススープ】 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 (49/65/76kcal)	【味付けのり】 味付けのり (1袋 9kcal)	【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)	
【グリーンピースドーナツ】 絹ごしとうふ ホットケーキミックス グリーンピースピューレ 粉糖 菜種白絞油 (1個 125kcal)			熊本県の献立
547/636/701kcal	520/638/727kcal	546/759/824kcal	661/762/838kcal

日本の 郷土料理を 知ろう - 熊本県 -

「タイピーエン」

漢字で書くと
太平燕です。
熊本県発祥の
中華料理で、
肉や海鮮、野菜を
たっぷり入れた
春雨スープです。
ゆで卵をのせる
ことが多いそう
ですが、
給食ではゆで卵は
入れていません。



献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【黒糖パン】 黒糖パン 1個 (小3まで小205kcal/小4から大308kcal)
【さつま芋の米粉シチュー】 酵母入りウィンナー 鶏モモ肉 さつまいも にんじん 玉葱 こまつな 菜種サラダ油 白いんげん豆ピューレ 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 (150/196/231kcal)
【切干大根のサラダ】 切干しだいこん キャベツ にんじん 大豆の華 エッグケアマヨネーズ りんご酢 うすくちしょうゆ 上白糖 白こしょう (34/44/52kcal)
【やさいせりー】 やさいせりー (1個 42kcal)
568/727/770kcal

11月19日(火)

11月20日(水)

11月21日(木)

11月22日(金)

11月25日(月)

11月26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)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【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(健康米)】 金賞健康米 (189/247/291kcal)	【ごはん】 精白米 (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)
【チキンカレー】 鶏モモ肉 しょうが ワイン風調味料 玉葱 にんじん なす ソテーオニオン 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 (150/196/231kcal)	【ミートビーンズ】 蒸し大豆 豚ひき肉 しょうが にんにく じゃがいも にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 まめプラスミート 白いんげん豆ピューレ 菜種サラダ油 トマトピューレ トマトケチャップ 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 (140/184/216kcal)	【ごぼうまぜごはんの具】 牛ひき肉 まめプラスミート ごぼう 青ピーマン にんじん 清酒 上白糖 食塩 白こしょう 菜種サラダ油 (51/67/79kcal)	【豚肉のみそマヨ炒め】 豚モモ肉 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 米みそ かたくり粉 (114/149/175kcal)	【白身魚のごま揚げ】 白糸だら 清酒 かたくり粉 菜種白絞油 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん ごま(いり) かたくり粉 (1切 138kcal)	【手作りしゅうまい】 しゅうまいの皮 豚ひき肉 しょうが 玉葱 干し椎茸 だけのこ水煮 食塩 上白糖 清酒 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 りんご酢 (小3まで2つ97/小4から3つ146kcal)
【野菜ソテー】 酵母入りウィンナー キャベツ にんじん エリンギ オリーブ油 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ 上白糖 (31/40/47kcal)	【マカロニサラダ】 シエルマカロニ 大豆の華 にんじん スイートコーン水煮 キャベツ エッグケアマヨネーズ 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 (71/93/109kcal)	【みそちゃんこ風煮】 鶏モモ肉 鉄腕ミートボール はくさい だいこん 白ねぎ にんじん えのきだけ にんにく しょうが だし汁(かつお・昆布) うすくちしょうゆ 本みりん 米みそ (92/120/141kcal)	【青菜のかきたま汁】 たまご ほうれんそう 絹ごしとうふ 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 (55/71/84kcal)	【白身魚のごま揚げ】 白糸だら 清酒 かたくり粉 菜種白絞油 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん ごま(いり) かたくり粉 (1切 138kcal)	【中華スープ】 絹ごしとうふ シオルダーベーコン だいこん にんじん 玉葱 カットわかめ 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 (42/54/64kcal)
【アーモンドフィッシュ】 アーモンドフィッシュ (1袋 24kcal)	【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー (1個 51kcal)	【大学芋】 さつまいも 菜種白絞油 ごま(いり) うすくちしょうゆ 上白糖 本みりん (90/117/138kcal)	【味付けのり】 味付けのり (1袋 9kcal)	【切干の昆布炒め】 きりぼし こんぶ(いた) かたくり粉 切干しだいこん にんじん キャベツ ごま油 塩こんぶ 上白糖 (14/19/22kcal)	【中華スープ】 絹ごしとうふ シオルダーベーコン だいこん にんじん 玉葱 カットわかめ 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 (42/54/64kcal)
553/673/764kcal	592/754/802kcal	559/688/786kcal	526/642/730kcal	566/657/724kcal	573/699/758kcal

※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。

11月27日(水)

11月28日(木)

11月29日(金)

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)
【里芋ごはん】 金賞健康米 冷凍さといも うすあげ 干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 本みりん 清酒 上白糖 食塩 菜種サラダ油 (202/264/310kcal)	【食パン】 食パン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大276kcal) 【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切116/小4から2切231kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal) 【さばの生姜煮】 まさば 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 174kcal)
【鶏のハニースソース】 鶏モモ肉 食塩 白こしょう しょうが ワイン風調味料 こいくちしょうゆ はちみつ あらびきマスタード ワイン風調味料 かたくり粉 (小3まで1切107/小4から213kcal)	【茹でブロッコリー】 ブロッコリー 食塩 (6/8/9kcal) 【麦入りコンソメスープ】 むぎい こんそめすーぶ おおむぎ(押麦) ショルダーベーコン にんじん 玉葱 キャベツ 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 (35/46/54kcal)	【じゃがいもの赤だし】 じゃがいも にんじん 玉葱 だいこん うすあげ カットわかめ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ 八丁みそ (56/73/86kcal)
【厚揚げのみそ汁】 絹厚揚げ はくさい にんじん だいこん 青ねぎ だし汁(かつお・昆布) 麦みそ (53/69/81kcal)		【クリームヨーグルト】 クリームヨーグルト (1個 70kcal)
499/683/741kcal	478/698/707kcal	648/730/792kcal



11月頃が旬の食べ物
さといも、だいこん、さつまいも、
かぶ、ごぼう、チンゲン菜、
りんご、柿、みかん