



令和8年3月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

3月2日(月)		中3卒業お祝い (リクエスト)献立		3月3日(火)		3月4日(水)		3月5日(木)		3月6日(金)		3月9日(月)					
献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム				
のむヨーグルト (133kcal)	アシドミルクPLUS 180.00	牛乳 牛肉のちらし寿司 (382kcal)	牛乳 206.00 精白米 85.00 和牛もも 25.00 たけのこ(水煮) 15.00 にんじん 15.00 さやいんげん 5.00 こめ油 0.50 清酒(純米酒) 0.50 上白糖 4.00 食塩 1.00 こいくちしょうゆ 3.00 米酢 6.00 焼きのり 0.30 絹ごし豆腐 20.00 赤だし (64kcal)	牛乳 206.00 精白米 85.00 鶏肉もも 40.00 だいこん 30.00 れんこん 10.00 ごぼう 20.00 にんじん 20.00 しいたけ 10.00 さといも(冷) 30.00 こめ油 0.5 本みりん 1.0 上白糖 1.0 食塩 0.2 うすくちしょうゆ 2.50 こいくちしょうゆ 2.50 削り節 0.80 薄揚げ 5.00 玉葱 25.00 絹ごし豆腐 25.00 カットわかめ 0.50 にんじん 10.00 食塩 0.4 うすくちしょうゆ 4.0 だしこんぶ 2.0 削り節 2.0 干ひじき 3.00 鶏肉ひき肉 20.00 しそ葉 0.30 ごま(いり) 1.00 上白糖 2.40 うすくちしょうゆ 3.00 本みりん 2.50 清酒(純米酒) 1.20 こめ油 0.30 ひし形三色ゼリー(73kcal) ひし形三色ゼリー 60.00	牛乳 206.00 中華丼 (446kcal) 豚モモ(脂身付き) 50.00 清酒(純米酒) 1.00 絹厚揚げ 15.00 玉葱 40.00 はくさい 30.00 たけのこ(水煮) 15.00 にんじん 15.00 チンゲンサイ 15.00 干し椎茸 0.50 こめ油 1.00 上白糖 1.00 食塩 0.20 白こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 2.20 うすくちしょうゆ 2.20 かたくり粉 1.00 わかめスープ (28kcal) じゃがいも 25.00 えのきたけ 15.00 にんじん 15.00 鳥がらだし 10.00 食塩 0.30 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.50 金時豆の甘煮 (49kcal) 金時豆 13.00 上白糖 5.00 食塩 0.10 こいくちしょうゆ 1.00	牛乳 206.00 ごはん (65kcal) たらの幽庵焼き まだら 70.00 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 3.50 本みりん 3.50 清酒(純米酒) 3.50 ゆず(果汁) 0.50 五目汁 (71kcal) さといも(冷) 35.00 だいこん 30.00 にんじん 10.00 ごぼう 8.00 葉ねぎ 5.00 食塩 0.50 うすくちしょうゆ 4.00 だしこんぶ 0.50 削り節 1.00 高野豆腐の いり煮 (82kcal) 鶏肉ひき肉 15.00 高野豆腐 8.00 にんじん 10.00 干ひじき 0.50 こめ油 0.50 上白糖 1.30 食塩 0.20 うすくちしょうゆ 1.80 削り節・昆布だし 40.00	牛乳 206.00 ごはん (182kcal) 鶏肉のからあげ 鶏肉もも 70.00 しょうが 0.70 にんにく 0.20 食塩 0.30 白こしょう 0.02 かたくり粉 12.00 こめ油(揚げ油) 7.00 小松菜のみそ汁 (53kcal) こまつな 25.00 玉葱 20.00 えのきたけ 10.00 にんじん 10.00 白みそ 4.00 赤みそ 11.00 だしこんぶ 0.50 削り節 2.00 キャベツの キャベツ 50.00 赤じそあえ (17kcal) りよくとうもやし 20.00 赤じそ(梅漬乾) 1.00 上白糖 0.50 うすくちしょうゆ 1.30										
コンソメライス (296kcal)	精白米 85.00 コンソメ 1.80	ケチャップソース	牛ひき肉 25.00	ハンバーグ (193kcal)	豚ひき肉 45.00 玉葱 40.00 絹ごし豆腐 7.00 食塩 0.20 白こしょう 0.02 コンソメ 0.20 上白糖 0.60 トマトケチャップ 12.00 中濃ソース 3.00	野菜スープ (58kcal)	ベーコン 10.00 玉葱 20.00 にんじん 15.00 はくさい 30.00 食塩 0.50 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.20 鳥がらだし 15.00	キャベツの サラダ (25kcal)	キャベツ 50.00 にんじん 15.00 上白糖 1.30 食塩 0.20 米酢 1.50 こめ油 0.30	りんご(缶) (41kcal)	りんご(缶) 50.00	エネルギー たんぱく質 26.6 g 脂質 20.6 g	エネルギー たんぱく質 25.6 g 脂質 16.0 g	エネルギー たんぱく質 31.6 g 脂質 18.0 g	エネルギー たんぱく質 28.1 g 脂質 17.5 g	エネルギー たんぱく質 35.7 g 脂質 17.0 g	エネルギー たんぱく質 31.0 g 脂質 21.1 g

3月11日(水)			3月12日(木)			3月13日(金)			3月16日(月)			3月17日(火)			3月18日(水)		
献立 (エネルギー)	使用材料 グラム		献立 (エネルギー)	使用材料 グラム		献立 (エネルギー)	使用材料 グラム		献立 (エネルギー)	使用材料 グラム		献立 (エネルギー)	使用材料 グラム		献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	
牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00	
黒糖パン	黒糖パン 111.00		カレーライス	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00	
肉だんごの トマト煮 (148kcal)	ポークチキンミートボール 45.00 ブロッコリー 35.00 玉葱 30.00 マッシュルーム(水煮) 8.00 にんじん 15.00 にんにく 0.50 オリーブ油 0.30 トマト缶詰 25.00 トマトケチャップ 5.50 上白糖 1.00 食塩 0.20 白こしょう 0.01 ローレル 0.01 ウスターソース 1.00 鳥がらだし 3.00	(464kcal)	豚もも 40.00 じゃがいも 30.00 玉葱 50.00 にんじん 15.00 マッシュルーム(水煮) 8.00 にんにく 0.50 こめ油 0.50 食塩 0.30 ローレル 0.01 カレールウ 15.00 りんごピューレ 4.00 鳥がらだし 5.00		さばの塩焼き (148kcal) 豆腐のみそ汁 (65kcal) 大阪しろなの 煮びたし (34kcal)	まさば 70.00 食塩 0.50 木綿豆腐 20.00 キャベツ 25.00 にんじん 15.00 えのきたけ 10.00 葉ねぎ 5.00 白みそ 4.00 赤みそ 11.00 だしこんぶ 0.50 削り節 2.00 おおさかしろな 50.00 にんじん 10.00 薄揚げ 5.00 上白糖 0.80 こいくちしょうゆ 2.00 削り節・昆布だし 20.00		マーボー豆腐 (165kcal) 豚ひき肉 30.00 木綿豆腐 60.00 玉葱 40.00 にら 10.00 しょうが 0.50 にんにく 0.50 こめ油 0.50 トウバンジャン 0.10 清酒(純米酒) 1.00 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 2.50 米みそ(赤色辛みそ) 4.00 かたくり粉 1.00 ビーフンスープ (42kcal) 鶏肉もも 10.00 ビーフン 5.00 カットわかめ 0.50 はくさい 30.00 にんじん 10.00 葉ねぎ 5.00 食塩 0.2 白こしょう 0.2 うすくちしょうゆ 4.00 鳥がらだし 12.00 ブロッコリーの サラダ (38kcal) ブロッコリー 50.00 にんじん 10.00 上白糖 2.50 食塩 0.2 米酢 3.0 オリーブ油 0.30		豚肉のしょうが 焼肉(脂肪なし) 65.00 玉葱 35.00 しょうが 1.30 上白糖 0.80 清酒(純米酒) 1.60 本みりん 0.90 こいくちしょうゆ 4.00 こめ油 0.50 うすくず汁 (42kcal) はくさい 30.00 にんじん 10.00 葉ねぎ 5.00 食塩 0.50 うすくちしょうゆ 5.00 だしこんぶ 0.50 削り節 2.00 かたくり粉 1.50 切干だいこんの いため煮 (80kcal) 薄揚げ 10.00 切干しだいこん 8.00 にんじん 15.00 こめ油 0.50 上白糖 1.50 本みりん 1.00 うすくちしょうゆ 2.00 こいくちしょうゆ 1.70 削り節・昆布だし 30.00		肉だんごと野菜の ポークチキンミートボール 25.00 絹厚揚げ 20.00 キャベツ 40.00 だいこん 20.00 にんじん 10.00 ぶなしめじ 10.00 ごま(いり) 1.00 清酒(純米酒) 4.00 本みりん 4.00 うすくちしょうゆ 7.00 調製豆乳 30.00 だしこんぶ 0.5 削り節 2.0 牛肉とじゃがいも のきんぴら (80kcal) じゃがいも 40.00 にんじん 10.00 さやいんげん 8.00 上白糖 2.50 本みりん 2.00 清酒(純米酒) 2.50 こいくちしょうゆ 3.00 ごま油 1.00 削り節・こんぶだし 2.50 のりのつくだ煮 (20kcal) 干し椎茸 0.50 焼きのり 2.50 上白糖 0.5 本みりん 3.0 清酒(純米酒) 1.00 こいくちしょうゆ 2.70 削り節・こんぶだし 15.00					
エネルギー たんぱく質 脂質	695 kcal 27.1 g 21.7 g		エネルギー たんぱく質 脂質	654 kcal 25.2 g 18.0 g		エネルギー たんぱく質 脂質	665 kcal 34.5 g 25.1 g		エネルギー たんぱく質 脂質	663 kcal 30.7 g 21.6 g		エネルギー たんぱく質 脂質	704 kcal 30.9 g 24.5 g		エネルギー たんぱく質 脂質	670 kcal 25.7 g 19.9 g	

加工品の原材料について

3月3日(火) ひし形三色ゼリー

原材料	水あめ、砂糖、粉あめ、ぶどう糖、果糖、豆乳クリーム、いちご、還元水あめ、りんご果汁、寒天、水、ゲル化剤、加工デンプン、炭酸Ca、酸味料、香料、乳酸Ca、着色料、クエン酸鉄Na
表示対象 アレルギー	大豆、りんご

3月19日(木)		3月23日(月)	
献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム
牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00
1/2コッペパン	1/2コッペパン 55.00	ごはん	精白米 85.00
スパゲティ	スパゲッティ 40.00	鶏肉のしょうゆ	鶏肉もも 70.00
ミートソース (314kcal)	牛ひき肉 20.00 豚ひき肉 25.00 玉葱 45.00 にんじん 15.00 ピーマン 10.00 マッシュルーム(水煮) 8.00 ローレル 0.02 こめ油 1.00 トマトケチャップ 25.00 ウスターソース 10.00 薄力粉 0.50 食塩 0.6 白こしょう 0.02	マヨネーズ焼き (127kcal)	清酒(純米酒) 2.00 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 2.00 エッグケア(卵不使用) 7.00
コンソメスープ (38kcal)	ショルダーベーコン 10.00 キャベツ 25.00 玉葱 25.00 にんじん 10.00 コンソメ 1.00 うすくちしょうゆ 1.00 鳥がらだし 2.50 食塩 0.2 白こしょう 0.02	かぼちゃの みそ汁 (73kcal)	西洋かぼちゃ 30.00 玉葱 25.00 にんじん 10.00 ぶなしめじ 10.00 白みそ 4.00 赤みそ 11.00 だしこんぶ 0.50 削り節 2.00
マセドアンサラダ (40kcal)	じゃがいも 35.00 にんじん 10.00 えだまめ(冷) 5.00 玉葱 10.00 こめ油 0.50 米酢 1.80 食塩 0.4 白こしょう 0.02	小松菜の おかかあえ (20kcal)	こまつな 40.00 えのきたけ 15.00 にんじん 15.00 糸かつお 1.00 こいくちしょうゆ 2.00 削り節・こんぶだし 5.00
エネルギー	689 kcal	エネルギー	730 kcal
たんぱく質	30.2 g	たんぱく質	36.4 g
脂質	23.1 g	脂質	20.8 g

* 食材購入等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
* 中学部・高等部の栄養量を表示しています。小学部は約7割です。