



令和6年12月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

12月2日(月)		12月3日(火)		12月4日(水)		12月5日(木)		12月6日(金)		12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		
牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	のむヨーグルト	アシドミルクPLUS 180.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00		
ごはん	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00	コッペパン	コッペパン 105.00	(133kcal)		ごはん	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00		
豚肉のしょうが焼き (164kcal)	豚肩ロース(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	筑前煮 (117kcal)	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 上白糖 1.0 本みりん 1.0 食塩 0.2	いちごジャム (39kcal)	いちごジャム 15.00	クリームシチュー (146kcal)	鶏肉もも 45.00 白ワイン 0.90 じゃがいも 40.00 ほうれんそう 20.00 玉葱 30.00 にんじん 15.00 こめ油 0.50 アレルギーフリーシチューフレーク 9.00	ビビンバ (445kcal)	精白米 85.00 牛ひき肉 20.00 豚ひき肉 20.00 にんにく 0.30 ごま油 1.00 上白糖 3.00 清酒(純米酒) 1.80 こいくちしょうゆ 3.50 トウバンジャン 0.20 こまつな 25.00 にんじん 20.00 りよくとうもやし 20.00 上白糖 2.00 こいくちしょうゆ 3.00 ごま油 1.00 ごま(いり) 0.50	赤魚のしょうゆ だれかけ (70kcal)	赤魚 70.00 食塩 0.50 清酒(純米酒) 1.50 本みりん 0.30 うすくちしょうゆ 0.70	あつあげの オイスターソース (161kcal)	豚もも 45.00 絹厚揚げ 50.00 チンゲンサイ 30.00 にんじん 20.00 エリンギ 10.00 しょうが 0.50 にんにく 0.10 こいくちしょうゆ 2.50 うすくちしょうゆ 0.80 かたくり粉 0.80 鳥がらだし 1.50 オイスターソース 2.00 上白糖 0.80 清酒(純米酒) 0.40 こめ油 0.40
さつまいものみそ汁 (84kcal)	さつまいも 25.00 玉葱 20.00 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	とうふのすまし汁 (56kcal)	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 0.40 うすくちしょうゆ 4.00 だしこんぶ 0.5 削り節 2.0	キャベツの サラダ (26kcal)	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	わかめスープ (30kcal)	絹ごし豆腐 20.00 カットわかめ 0.50 玉葱 30.00 にんじん 10.00 干し椎茸 0.50 葉ねぎ 5.00 鳥がらだし 10.00 食塩 0.3 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.50	切干だいこんの いため煮 (81kcal)	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 2.00 かつお昆布だし 30.00	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 0.02 うすくちしょうゆ 4.00 鳥がらだし 12.00		
さやいんげんのごまあえ (33kcal)	さやいんげん 35.00 にんじん 15.00 ごま(ねり) 2.30 上白糖 0.80 こいくちしょうゆ 2.00	ひじき入り 鶏そぼろ (66kcal)	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 2.4 こめ油 0.3 うすくちしょうゆ 3.00 本みりん 2.50 清酒(純米酒) 1.20	やさいゼリー (28kcal)	やさいゼリー 50.00	金時豆の甘煮 (49kcal)	金時豆 13.00 上白糖 5.0 白こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 1.00	いため煮	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 2.00 かつお昆布だし 30.00	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 2.5 食塩 0.2 米酢 3.0 オリーブ油 0.3		
エネルギー たんぱく質 脂質	699 kcal 30.2 g 22.8 g	エネルギー たんぱく質 脂質	675 kcal 31.6 g 18.0 g	エネルギー たんぱく質 脂質	687 kcal 27.7 g 19.5 g	エネルギー たんぱく質 脂質	657 kcal 21.5 g 13.7 g	エネルギー たんぱく質 脂質	643 kcal 34.7 g 17.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	659 kcal 34.3 g 19.5 g		

12月10日(火)			12月11日(水)			12月12日(木)			12月13日(金)			12月16日(月)			12月17日(火)		
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
他人丼 (474kcal) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">鶏卵除去対応</div>	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	1/2コッペパン	1/2コッペパン	55.00
	鶏卵	45.00	肉だんごと野菜	ホークチキンミートボール	25.00	鶏肉の	鶏肉もも	70.00	さけの	しろさけ	70.00	すき焼き煮	和牛もも	45.00	和風スパゲッティ	鶏肉もも	35.00
	和牛もも	40.00	の豆乳鍋風	絹厚揚げ	20.00	あまからあげ	食塩	0.20	ごまマヨ焼き	玉葱	25.00	(172kcal)	清酒(純米酒)	1.30	(252kcal)	白ワイン	0.60
	清酒(純米酒)	1.00	(152kcal)	キャベツ	40.00	(203kcal)	白こしょう	0.02	(165kcal)	食塩	0.20		焼きふ(観世ふ)	3.00		ショルダーベーコン	10.00
	玉葱	50.00		だいこん	20.00		かたくり粉	12.00		清酒(純米酒)	2.00		木綿豆腐	30.00		スパゲッティ	45.00
	にんじん	10.00		にんじん	10.00		こめ油(揚げ油)	8.00		エッグケア(卵不使用)	8.00		はくさい	50.00		ほうれんそう	30.00
	干し椎茸	0.50		ぶなしめじ	10.00		こいくちしょうゆ	3.00		赤みそ	2.00		玉葱	30.00		ぶなしめじ	15.00
	切りみつば	3.00		ごま(いり)	1.00		本みりん	1.30		本みりん	1.00		しいたけ	10.00		玉葱	40.00
	上白糖	1.00		清酒(純米酒)	4.00		上白糖	2.00		ごま(いり)	25.00		白ねぎ	20.00		しそ葉	1.00
	本みりん	0.50		本みりん	4.00	玉ねぎのみそ汁	薄揚げ	5.00	うすくず汁	さといも(冷)	30.00		こめ油	0.50		こめ油	1.00
	食塩	0.30		うすくちしょうゆ	7.00	(75kcal)	玉葱	35.00	(42kcal)	はくさい	10.00		上白糖	1.50		にんにく	0.50
	うすくちしょうゆ	3.00		調製豆乳	30.00		にんじん	15.00		にんじん	5.00		本みりん	1.00		オリーブ油	0.50
	こいくちしょうゆ	2.00		だしこんぶ	0.5		ぶなしめじ	10.00		葉ねぎ	0.50		食塩	0.10		食塩	0.50
	削り節・こんぶだし	30.00		削り節	2.00		葉ねぎ	5.00		食塩	5.00		こいくちしょうゆ	5.00		白こしょう	0.02
	けんちん汁	木綿豆腐	20.00	牛肉とじゃがいも	和牛もも	10.00		白みそ	4.00	うすくちしょうゆ	0.50	うすあげとわか	薄揚げ	7.00		うすくちしょうゆ	3.50
(58kcal)	さといも(冷)	25.00	のきんぴら	じゃがいも	40.00		赤みそ	11.00	だしこんぶ	2.00	めのすまし汁	玉葱	20.00		焼きのり 小袋	0.30	
	ごぼう	10.00	(80kcal)	にんじん	10.00		だしこんぶ	0.50	削り節	1.50	(52kcal)	カットわかめ	0.50	カリフラワーの	カリフラワー	45.00	
	こまつな	15.00		さやいんげん	8.00		削り節	2.00	かたくり粉	5.00		にんじん	15.00	サラダ	にんじん	10.00	
	にんじん	10.00		上白糖 2.5 本みりん 2.0		小松菜の	こまつな	40.00	大豆の五目煮	薄揚げ	7.00	えのきたけ	10.00	(32kcal)	上白糖 2.5 食塩 0.2		
	こめ油	0.50		清酒(純米酒)	2.50	おかかあえ	えのきたけ	15.00	(49kcal)	大豆(国産、ゆで)	10.00	食塩	0.40		米酢 3.0 こめ油 0.3		
	食塩	0.40		こいくちしょうゆ	3.00	(20kcal)	にんじん	15.00		にんじん	5.00	うすくちしょうゆ	4.00	コンソメスープ	キャベツ	30.00	
	うすくちしょうゆ	4.00		ごま油	1.00		糸かつお	1.00		れんこん	10.00	だしこんぶ	0.50	(29kcal)	じゃがいも	25.00	
	だしこんぶ 0.5 削り節 2.0			削り節・こんぶだし	2.50		こいくちしょうゆ	2.00		しいたけ	1.50	削り節	2.00		にんじん	15.00	
	はくさいの	はくさい	55.00	のりのつくだ煮	干し椎茸	0.50		削り節・こんぶだし	5.00		干ひじき	1.00	キャベツの	キャベツ	50.00	コンソメ	1.00
	ゆず風味	にんじん	10.00	(20kcal)	焼きのり	2.50					上白糖	0.50	赤じそあえ	りょくとうもやし	20.00	うすくちしょうゆ	1.00
	(18kcal)	上白糖	1.50		上白糖 0.5 本みりん 3.0						本みりん	1.50	(17kcal)	赤じそ(梅漬乾)	1.00	鳥がらだし	2.50
		食塩 0.2 米酢 1.0			清酒(純米酒)	1.00					こいくちしょうゆ	20.00		上白糖	0.50	食塩	0.20
		うすくちしょうゆ	0.80		こいくちしょうゆ	3.00					削り節・こんぶだし			うすくちしょうゆ	1.30	白こしょう	0.02
		ゆず(果汁)	1.00		削り節・こんぶだし	15.00									ソフール(92kcal)	ソフール	100.00
エネルギー	676	kcal	エネルギー	670	kcal	エネルギー	716	kcal	エネルギー	674	kcal	エネルギー	659	kcal	エネルギー	702	kcal
たんぱく質	31.8	g	たんぱく質	25.7	g	たんぱく質	33.3	g	たんぱく質	34.7	g	たんぱく質	31.2	g	たんぱく質	34.2	g
脂質	22.1	g	脂質	19.9	g	脂質	23.8	g	脂質	21.4	g	脂質	21.3	g	脂質	18.5	g

12月18日(水)			12月19日(木)			12月20日(金)			12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		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	
ごはん	精白米 85.00		ミルクコーヒー	ミルク(コーヒー) 12.50		ごはん	精白米 85.00		コンソメライス	精白米 85.00	
マーボー	豚ひき肉 25.00		(33kcal)			さわらのゆず	さわら 70.00		(292kcal)	コンソメ	1.80
はるさめ (194kcal)	牛ひき肉 25.00 普通はるさめ(乾) 10.00 玉葱 40.00 にんじん 15.00 たけのこ(水煮) 15.00 にら 5.00 しょうが 0.50 干し椎茸 0.50 こめ油 0.50 トウバンジャン 0.20 上白糖 0.3 白こしょう 0.02 清酒(純米酒) 0.50 こいくちしょうゆ 3.50 赤みそ 5.00 かたくり粉 1.00		カレーライス (464kcal)	精白米 85.00 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		しょうゆ焼き (122kcal)	ゆず(果汁) 0.50 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 3.00 本みりん 3.00		ケチャップソース ハンバーグ (187kcal)	牛ひき肉 25.00 豚ひき肉 40.00 玉葱 40.00 絹ごし豆腐 7.00 食塩 0.30 白こしょう 0.02 ぶなしめじ 10.00 マッシュルーム(水煮) 5.00 コンソメ 0.30 上白糖 0.60 トマトケチャップ 12.00 中濃ソース 3.00	
チンゲンサイの スープ (35kcal)	鶏肉もも 15.00 チンゲンサイ 30.00 玉葱 20.00 にんじん 10.00 干し椎茸 0.50 食塩 0.2 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 4.00 鳥がらだし 12.00		キャベツのひじき ドレッシング (29kcal)	キャベツ 50.00 にんじん 15.00 干ひじき 0.50 上白糖 1.50 食塩 0.20 米酢 1.00 うすくちしょうゆ 1.00 こめ油 0.50		かぼちゃの甘煮 (53kcal)	西洋かぼちゃ 50.00 上白糖 3.00 こいくちしょうゆ 1.00 清酒(純米酒) 1.00		野菜スープ (35kcal)	キャベツ 30.00 玉葱 15.00 じゃがいも 30.00 にんじん 10.00 食塩 0.80 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.20 鳥がらだし 15.00	
あつあげのしょう がじょうゆかけ (80kcal)	絹厚揚げ 50.00 しょうが 1.00 上白糖 1.50 こいくちしょうゆ 2.00		りんご(缶) (41kcal)	りんご(缶) 50.00					クリスマス デザート (選択制)	メゾンドノエル 29.00 (101kcal) クリスマスカップデザート 38.00 (54kcal)	
エネルギー たんぱく質 脂質	727 kcal 32.4 g 26.4 g		エネルギー たんぱく質 脂質	693 kcal 24.5 g 18.4 g		エネルギー たんぱく質 脂質	653 kcal 32.6 g 18.1 g		エネルギー たんぱく質 脂質	644 kcal 26.7 g 22.3 g	
デザート以外の栄養価											

* 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。

加工品の原材料について

12月4日(水) いちごジャム

原材料	水あめ、砂糖、いちご、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料、仕込み水
表示対象アレルゲン	なし

12月4日(水) やさいゼリー

原材料	にんじん汁(6倍濃縮)、温州みかん果汁(6倍濃縮)、砂糖、果糖、増粘多糖類、ビタミンC、酸味料、香料、β-カロテン製剤、ピロリン酸鉄、水
表示対象アレルゲン	なし

12月17日(火) ソフール(プレーン)

原材料	脱脂粉乳、クリーム、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、香料
表示対象アレルゲン	乳・ゼラチン

12月19日(木) ミルメーク(コーヒー)

原材料	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、インスタントコーヒー、食塩、乳酸Ca、着色料(カラメル)、香料、ビタミンC、ビタミンB1、ビタミンB2、水
表示対象アレルゲン	なし

12月23日(月) メゾンドノエル(2024)

原材料	乳又は乳製品を主要原料とする食品、液全卵、砂糖、小麦粉、チョコレート、水あめ、粉末油脂、ココアパウダー、クリーム(乳製品)、加糖れん乳、水、加工デンプン、乳化剤、炭酸Ca、膨張剤、カゼインNa、カカオ色素、ピロリン酸第二鉄、ホエイソルト、pH調整剤使用、安定剤(増粘多糖類)使用、香料使用
表示対象アレルゲン	卵、乳、小麦、大豆

12月23日(月) クリスマスカップデザート(2024)

原材料	【乳・卵抜きいちごプリン】豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、砂糖、ぶどう糖、いちごシロップ(砂糖、いちご濃縮果汁)、水、ゲル化剤(加工デンプン、増粘多糖類)、炭酸Ca、乳化剤、pH調整剤使用、香料使用、セルロース使用、クチナシ赤色素使用、着色料(紅花黄)使用、酸味料使用 【いちごソース】いちごピューレー(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、砂糖、ぶどう糖、水あめ、水、増粘多糖類、酸味料使用、クチナシ赤色素使用、香料使用、着色料(紅花黄)使用 【絞りクリーム】豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、砂糖、水あめ、安定剤(増粘多糖類)使用、乳化剤使用、pH調整剤使用、ピロリン酸第二鉄使用、セルロース使用、香料使用
表示対象アレルゲン	大豆