



令和7年11月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

11月4日(火)			11月5日(水)			11月6日(木)			11月10日(月)			11月11日(火)			11月12日(水)		
献立 (エネルギー)	使用材料		献立 (エネルギー)	使用材料		献立 (エネルギー)	使用材料		献立 (エネルギー)	使用材料		献立 (エネルギー)	使用材料		献立 (エネルギー)	使用材料	
	グラム			グラム			グラム			グラム			グラム			グラム	
のむヨーグルト (133kcal)	アシドミルクPLUS 180.00		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	
			ごはん	精白米 85.00		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		ごはん	精白米 85.00	
豚キムチ丼 (497kcal)	精白米 85.00	肉じゃが (137kcal) <															

11月13日(木)			11月14日(金)			11月17日(月)			11月18日(火)			11月19日(水)			11月20日(木)		
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
ごはん	精白米	85.00	栗ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	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
豚肉とれんこん のごまみそ焼き (150kcal)	豚もも	60.00	(342kcal)	もち米	10.00	マーボー	豚ひき肉	25.00	肉だんごの	ポークチキンミートボール	45.00	(464kcal)	豚もも	40.00	和風おろし	牛ひき肉	30.00
	れんこん	30.00		うすくちしょうゆ	1.30	はるさめ	牛ひき肉	25.00	トマト煮	ブロッコリー	35.00		じゃがいも	30.00	ハンバーグ	豚ひき肉	35.00
	玉葱	30.00		清酒(純米酒)	1.00	(194kcal)	普通はるさめ(乾)	10.00	(148kcal)	玉葱	30.00		玉葱	50.00	(176kcal)	玉葱	30.00
	ごま(ねり)	4.00		食塩	0.50		玉葱	40.00		マッシュルーム(水煮)	8.00		にんじん	15.00		絹ごし豆腐	5.00
	上白糖	1.00		日本ぐり	22.00		にんじん	15.00		にんじん	15.00		マッシュルーム(水煮)	8.00		食塩	0.30
	こいくちしょうゆ	2.50	赤魚のしょうゆ	赤魚	70.00		たけのこ(水煮)	15.00		にんにく	0.50		にんにく	0.50		白こしょう	0.02
	赤みそ	3.00	だれかけ	食塩	0.50		にら	5.00		オリーブ油	0.30		こめ油	0.50		こめ油	0.50
吉野汁 (43kcal)	木綿豆腐	20.00	(70kcal)	清酒(純米酒)	1.50		しょうが	0.50		トマト缶詰	25.00		食塩	0.30		だいこん	30.00
	こまつな	20.00		本みりん	0.30		干し椎茸	0.50		トマトケチャップ	5.50		ローレル	0.01		こいくちしょうゆ	2.00
	にんじん	10.00		うすくちしょうゆ	0.70		こめ油	0.50		上白糖	1.00		カレールウ	15.00		清酒(純米酒)	1.00
	だいこん	20.00	こまつなのみそ汁	こまつな	25.00		トウバンジャン	0.20		食塩	0.20		りんごピューレ	4.00		本みりん	1.00
	食塩	0.40	(53kcal)	玉葱	20.00		上白糖 0.3 食塩 0.3			白こしょう	0.01		鳥がらだし	5.00		ゆず(果汁)	2.50
	うすくちしょうゆ	4.00		えのきたけ	10.00		清酒(純米酒)	0.50		ローレル	0.01	カリフラワ－の	カリフラワ－	50.00	キャベツのみそ汁	キャベツ	30.00
	だしこんぶ	0.60		にんじん	10.00		こいくちしょうゆ	3.50		ウスターソース	1.00	サラダ	にんじん	10.00	(54kcal)	りよくとうもやし	20.00
	削り節	2.30		白みそ	4.00		赤みそ	5.00		鳥がらだし	3.00	(32kcal)	上白糖	2.50		にんじん	15.00
	かたくり粉	2.00		赤みそ	11.00		かたくり粉	1.00	ごぼうサラダ	ごぼう	35.00		食塩	0.20		えのきたけ	10.00
さつまいもの 甘煮 (77kcal)	さつまいも	50.00		だしこんぶ	0.50	チンゲンサイの	鶏肉もも	15.00	(104kcal)	玉葱	15.00		米酢	3.00		葉ねぎ	5.00
	上白糖	3.00		削り節	2.00	スープ	チンゲンサイ	30.00		にんじん	15.00		こめ油	0.20		白みそ	4.00
	本みりん	1.00	切干だいこんの	薄揚げ	10.00	(35kcal)	玉葱	20.00		えだまめ(冷)	5.00	りんご(缶)	りんご(缶)	50.00		赤みそ	11.00
	こいくちしょうゆ	0.20	いため煮	切干しだいこん	8.00		にんじん	10.00		ごま(いり)	0.70	(41kcal)				だしこんぶ	0.50
			(81kcal)	にんじん	15.00		干し椎茸	0.50		食塩	0.10				大阪しろなの	おおさかしろな	25.00
				こめ油	0.50		食塩 0.2 白こしょう 0.02			米酢	0.30				煮びたし	はくさい	30.00
				上白糖	1.50		うすくちしょうゆ	4.00		うすくちしょうゆ	0.30				(35kcal)	にんじん	10.00
				本みりん	1.00		鳥がらだし	12.00		エッグケア(卵不使用)	10.00					薄揚げ	5.00
				うすくちしょうゆ	2.00	あつあげのしょう	絹厚揚げ	50.00	ぶどうゼリー	国産ぶどうゼリー	50.00					上白糖	0.80
				こいくちしょうゆ	2.00	がじょうゆかけ	しょうが	1.00	(46kcal)							こいくちしょうゆ	2.00
				かつお昆布だし	30.00	(80kcal)	上白糖	1.50								かつお昆布だし	20.00
							こいくちしょうゆ	2.00									
エネルギー	688	kcal	エネルギー	672	kcal	エネルギー	727	kcal	エネルギー	768	kcal	エネルギー	663	kcal	エネルギー	683	kcal
たんぱく質	31.9	g	たんぱく質	33.2	g	たんぱく質	32.4	g	たんぱく質	26.4	g	たんぱく質	25.1	g	たんぱく質	31.3	g
脂質	16.9	g	脂質	17.0	g	脂質	26.4	g	脂質	27.8	g	脂質	18.0	g	脂質	25.3	g

11月21日(金)			11月26日(水)			11月27日(木)			11月28日(金)		
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	豚ひき肉とにらの	精白米	85.00	ごはん	精白米	80.00	コンソメライス	精白米	85.00
さばのみそ煮 (182kcal)	まさば	70.00	そぼろ丼 (432kcal)	豚ひき肉	50.00	鶏肉の照り焼き (105kcal)	鶏肉もも	70.00	(296kcal)	コンソメ	1.80
	赤みそ	5.00		玉葱	45.00		玉葱	30.00	ほきフライのオー	ホキ	60.00
	しょうが	1.00		にら	10.00		清酒(純米酒)	1.70	ロラソースかけ	食塩	0.30
	上白糖	5.00		にんじん	13.00		上白糖	1.70	(220kcal)	白こしょう	0.03
	清酒(純米酒)	5.00		しょうが	0.60		本みりん	1.70		薄力粉	7.00
けんちん汁 (58kcal)	木綿豆腐	20.00		にんにく	0.20		こいくちしょうゆ	4.00		パン粉	8.00
	さといも(冷)	25.00		こめ油	0.50	みそラーメン (215kcal)	中華めん	45.00		こめ油(揚げ油)	6.00
	ごぼう	10.00		清酒(純米酒)	1.30		豚もも	20.00		エッグケア(卵不使用)	10.00
	こまつな	15.00		上白糖	1.30		キャベツ	30.00		トマトケチャップ	3.00
	にんじん	10.00		こいくちしょうゆ	3.00		にんじん	10.00		ウスターソース	0.30
	こめ油	0.50		うすくちしょうゆ	2.00		りよくとうもやし	20.00	ウインナーの	ウインナー	15.00
	食塩	0.40	かぼちゃの	西洋かぼちゃ	30.00		葉ねぎ	5.00	スープ	はくさい	35.00
	うすくちしょうゆ	4.00	みそ汁 (75kcal)	玉葱	25.00		食塩	0.40	(66kcal)	玉葱	20.00
	だしこんぶ	0.50		にんじん	10.00		白こしょう	0.02		にんじん	10.00
	削り節	2.00		えのきたけ	10.00		うすくちしょうゆ	1.30		食塩	0.80
はくさいの	はくさい	60.00		葉ねぎ	5.00		本みりん	0.60		白こしょう	0.02
ゆず風味 (19kcal)	にんじん	10.00		白みそ	4.00		赤みそ	9.00		うすくちしょうゆ	1.20
	上白糖	1.50		赤みそ	11.00		鳥がらだし	12.00		鳥がらだし	15.00
	食塩	0.20		だしこんぶ	0.50		ごま油	0.20	ジャーマンポテト	ショルダーベーコン	8.00
	米酢	1.00		削り節	2.00	のりのつくだ煮 (20kcal)	干し椎茸	0.50	(47kcal)	じゃがいも	40.00
	うすくちしょうゆ	0.80	もやしの	りよくとうもやし	40.00		焼きのり	2.50		玉葱	15.00
	ゆず(果汁)	1.00	ごま酢あえ (29kcal)	さやいんげん	15.00		上白糖	0.50		パセリ(乾)	0.10
				にんじん	10.00		清酒(純米酒)	1.00		にんにく	0.50
				ごま(いり)	1.00		本みりん	3.00		食塩	0.20
				うすくちしょうゆ	0.80		こいくちしょうゆ	3.20		白こしょう	0.01
				食塩 0.3 米酢 2.0			かつお昆布だし	15.00		オリーブ油	0.30
				上白糖	2.30						
			ソフール(92kcal)	ソフール	100.00						
エネルギー	677	kcal	エネルギー	754	kcal	エネルギー	740	kcal	エネルギー	755	kcal
たんぱく質	32.1	g	たんぱく質	32.2	g	たんぱく質	39.0	g	たんぱく質	29.3	g
脂質	23.3	g	脂質	22.1	g	脂質	15.7	g	脂質	29.6	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。