



令和7年7月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

7月1日(火)			7月2日(水)			7月3日(木)			7月4日(金)			7月7日(月)			7月8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
ごはん	精白米	85.00	焼き鳥丼	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	牛肉の	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00
豚肉と野菜の 塩こうじいため (114kcal)	豚もも 食塩 清酒(純米酒) 塩麴 チンゲンサイ キャベツ ぶなしめじ 玉葱 にんじん しょうが にんにく 上白糖 こいくちしょうゆ かたくり粉 こめ油	50.00 0.20 1.00 4.50 20.00 40.00 10.00 30.00 10.00 0.50 0.20 2.00 3.50 1.00 0.50	(422kcal)	鶏肉もも しょうが 清酒(純米酒) 玉葱 白ねぎ こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん かたくり粉	70.00 0.20 1.50 40.00 20.00 6.00 2.00 6.00 0.50	豚キムチ (217kcal)	豚ばら はくさい(キムチ) はくさい 玉葱 にら ごま油 しょうが 上白糖 こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう	50.00 15.00 35.00 30.00 7.00 0.50 0.50 2.00 3.00 0.10 0.02	さばの梅煮 (163kcal)	まさば しょうが 梅(塩漬) 清酒(純米酒) こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖	70.00 0.50 2.00 1.00 3.50 0.80 2.00	ちらし寿司 (381kcal)	和牛もも たけのこ(水煮) にんじん さやいんげん こめ油 清酒(純米酒) 上白糖 食塩 こいくちしょうゆ 米酢	25.00 15.00 15.00 5.00 0.50 0.50 4.00 1.00 3.00 6.00	マーボーなす (142kcal)	豚ひき肉 なす 玉葱 にんじん ピーマン しょうが こめ油 トウバンジャン 食塩 こいくちしょうゆ 赤みそ かたくり粉	45.00 50.00 30.00 15.00 15.00 0.50 1.00 0.10 0.10 3.00 4.00 1.00
ふのみそ汁 (66kcal)	焼きふ(観世ふ) 玉葱 にんじん えのきたけ 葉ねぎ 白みそ 赤みそ だしこんぶ 削り節	3.00 30.00 15.00 10.00 5.00 4.00 11.00 0.50 2.00	うすくず汁 (48kcal)	さといも(冷) はくさい にんじん 葉ねぎ 食塩 うすくちしょうゆ だしこんぶ 削り節 かたくり粉	30.00 25.00 10.00 5.00 0.50 5.00 0.50 2.00 2.50	春雨スープ (44kcal)	鶏肉もも 普通はるさめ(乾) チンゲンサイ にんじん 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 鳥がらだし	15.00 5.00 25.00 15.00 0.20 0.02 4.00 12.00	高野豆腐の いり煮 (82kcal)	鶏肉ひき肉 高野豆腐 にんじん 干ひじき こめ油 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ かつお昆布だし	15.00 8.00 10.00 0.50 0.50 1.30 0.20 1.80 40.00	七タ汁 (56kcal)	オクラ にんじん だいこん 干し椎茸 そうめん・ひやむぎ(乾) うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 削り節 だしこんぶ	15.00 15.00 25.00 0.50 8.00 3.00 2.00 0.20 2.00 0.50	わかめスープ (35kcal)	カットわかめ じゃがいも 玉葱 にんじん 干し椎茸 葉ねぎ 鳥がらだし 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ	0.50 30.00 25.00 0.50 5.00 10.00 0.50 0.30 0.02 1.50
かぼちゃの甘煮 (53kcal)	西洋かぼちゃ 上白糖 こいくちしょうゆ 清酒(純米酒)	50.00 3.00 1.00 1.00	切干だいこんの いため煮 (81kcal)	薄揚げ 切干しだいこん にんじん こめ油 上白糖 本みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ かつお昆布だし	10.00 8.00 15.00 0.50 1.50 1.00 2.00 2.00 30.00	ブロッコリーの サラダ (38kcal)	ブロッコリー にんじん 上白糖 食塩 米酢 オリーブ油	50.00 10.00 2.50 0.20 3.00 0.30	高野豆腐の 煮もの (46kcal)	鶏肉ひき肉 高野豆腐 にんじん 干ひじき こめ油 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ かつお昆布だし	15.00 8.00 10.00 0.50 0.50 1.30 0.20 1.80 40.00	七タゼリー (37kcal)	天の川ゼリー	40.00	あつあげのしょう がじょうゆかけ (80kcal)	絹厚揚げ しょうが 上白糖 こいくちしょうゆ	50.00 1.00 1.50 2.00
エネルギー たんぱく質 脂質	651 kcal 30.8 g 14.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	677 kcal 33.3 g 17.1 g	エネルギー たんぱく質 脂質	717 kcal 27.0 g 29.1 g	エネルギー たんぱく質 脂質	717 kcal 38.2 g 27.3 g	エネルギー たんぱく質 脂質	646 kcal 24.0 g 14.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	675 kcal 29.1 g 24.2 g						

7月9日(水)			7月10日(木)			7月11日(金)			7月14日(月)			7月15日(火)			7月16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		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		
1/2コッペパン	1/2コッペパン 55.00		ごはん	精白米 85.00		コンソメライス	精白米 85.00		(133kcal)			ごはん	精白米 85.00		黒糖パン	黒糖パン 111.00		
ソース焼きそば (261kcal)	中華めん(ゆで) 120.00 豚もも 45.00 キャベツ 40.00 ピーマン 15.00 にんじん 15.00 こめ油 0.50 濃厚ソース 10.00 ウスターソース 5.00 白こしょう 0.02 食塩 0.20		関東煮 (149kcal)	鶏肉もも 40.00 じゃがいも 45.00 絹厚揚げ 35.00 だいこん 40.00 にんじん 15.00 上白糖 1.0 食塩 0.3 本みりん 1.00 うすくちしょうゆ 3.00 こいくちしょうゆ 3.00 削り節 1.50 だしこんぶ 0.50		(296kcal)	コンソメ 1.80 ほきフライ (161kcal)	ホキ 60.00 食塩 0.3 白こしょう 0.02 薄力粉 5.0 パン粉12.0 こめ油(揚げ油) 6.00		夏野菜 カレーライス (479kcal)	精白米 85.00 鶏肉もも 40.00 西洋かぼちゃ 35.00 玉葱 30.00 なす 25.00 にんじん 15.00 ピーマン 10.00 にんにく 0.50 こめ油 0.50 食塩 0.30		ゴーヤ チャンプルー (82kcal)	豚もも 45.00 にがうり 15.00 食塩 0.10 りょくとうもやし 30.00 玉葱 20.00 こめ油 0.50 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 3.00		ポークチャップ (134kcal)	豚もも 60.00 玉葱 50.00 マッシュルーム(水煮) 10.00 にんにく 0.20 トマトケチャップ 8.00 トマトピューレ 5.00 ウスターソース 5.00 コンソメ 0.30 上白糖 1.50 こめ油 1.00	
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 0.20 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 4.00 鳥がらだし 12.00		はくさいの すまし汁 (25kcal)	はくさい 40.00 にんじん 15.00 えのきたけ 10.00 葉ねぎ 5.00 干し椎茸 0.50 食塩 0.40 うすくちしょうゆ 4.00 だしこんぶ 0.50 削り節 2.00		ウインナーの スープ (67kcal)	ウインナー 15.00 キャベツ 30.00 玉葱 20.00 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		ラタトゥイユ (59kcal)	ショルダーベーコン 10.00 玉葱 25.00 なす 25.00 ピーマン 10.00 トマト缶詰 20.00 にんにく 0.10 オリーブ油 1.00 食塩 0.20 白こしょう 0.02 トマトケチャップ 8.00 上白糖 1.00 白ワイン 0.50 うすくちしょうゆ 0.60 バジル 0.02 かたくり粉 0.30		ソーキ汁 (107kcal)	豚ばら 20.00 清酒(純米酒) 0.60 だいこん 40.00 にんじん 10.00 白ねぎ 10.00 ぶなしめじ 10.00 ほそめこんぶ(素干し) 1.20 本みりん 0.50 食塩 0.30 こいくちしょうゆ 3.30 削り節 3.00		野菜スープ (59kcal)	ショルダーベーコン 10.00 玉葱 25.00 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		
スクールヨーグ ルト(バニラ) (73kcal)	スクールヨーグルト(バニラ) 60.00		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		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		りんご(缶) (41kcal)	りんご(缶) 50.00		ごぼうとにんじん のしりしり (34kcal)	ごぼう 15.00 にんじん 30.00 玉葱 20.00 清酒(純米酒) 0.30 本みりん 0.50 こいくちしょうゆ 2.00 こめ油 0.50		カリフラワーの サラダ (32kcal)	カリフラワー 50.00 にんじん 10.00 上白糖 2.50 食塩 0.20 米酢 3.00 こめ油 0.20		
エネルギー たんぱく質 脂質	666 kcal 33.7 g 17.9 g		エネルギー たんぱく質 脂質	658 kcal 33.0 g 18.9 g		エネルギー たんぱく質 脂質	709 kcal 30.1 g 24.3 g		エネルギー たんぱく質 脂質	682 kcal 21.8 g 11.3 g		エネルギー たんぱく質 脂質	683 kcal 30.4 g 20.6 g		エネルギー たんぱく質 脂質	695 kcal 34.3 g 22.4 g		

7月17日(木)		
献立 (エネルギー)	使用材料	グラム
牛乳	牛乳	206.00
ごはん	精白米	85.00
鶏肉のからあげ (182kcal)	鶏肉もも	70.00
	しょうが	0.70
	にんにく	0.20
	食塩	0.40
	白こしょう	0.03
	かたくり粉	12.00
	こめ油(揚げ油)	7.00
玉ねぎのみそ汁 (75kcal)	薄揚げ	5.00
	玉葱	35.00
	にんじん	15.00
	ぶなしめじ	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
キャベツの 赤じそあえ (25kcal)	キャベツ	55.00
	にんじん	15.00
	上白糖	0.90
	食塩	0.40
	米酢	0.90
	こめ油	0.30
	赤じそ(梅漬乾)	0.50
エネルギー	700	kcal
たんぱく質	31.8	g
脂質	23.1	g

加工品の原材料について

7月7日(月) セタゼリー(天の川ゼリー)

原材料	【りんごゼリー】りんご果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、水溶性食物繊維、ぶどう糖、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC使用、香料使用、ベニバナ黄色素使用、クエン酸鉄Na使用、クチナシ青色素使用 【レモンゼリー】砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、水溶性食物繊維、レモン果汁、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC使用、クエン酸鉄Na使用、香料使用 【型抜きゼリー】うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、砂糖、粉末油脂、寒天、レモン果汁、水、乳化剤使用、酸味料使用、ゲル化剤(キサンタンガム)使用、香料使用、クチナシ赤色素使用、ベニバナ黄色素使用、カロチノイド色素使用
表示対象 アレルゲン	りんご

7月9日(水) スクールヨーグルト バニラ

原材料	乳製品、トレハロース、果糖、イソマルトオリゴ糖シロップ、砂糖・異性化液糖、難消化性デキストリン(食物繊維)、増粘多糖類、ミルクカルシウム、香料、乳たんぱく、コンニャクイモ抽出物、寒天
表示対象 アレルゲン	乳

7月15日(火) シークワーサーゼリー

原材料	砂糖・ぶどう糖果糖液糖、シークワーサー果汁(濃縮還元)(沖縄県産シークワーサー)、水溶性食物繊維、砂糖、水 (使用添加物)ゲル化剤(増粘多糖類)、ビタミンC、酸味料、クエン酸鉄Na、香料
表示対象 アレルゲン	なし

* 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。