



令和6年7月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

7月1日(月)			7月2日(火)			7月3日(水)			7月4日(木)			7月5日(金)			7月8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		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00		牛乳	牛乳 206.00	
牛丼 (428kcal)	精白米 85.00 和牛もも 45.00 清酒(純米酒) 1.00 玉葱 60.00 葉ねぎ 5.00 ぶなしめじ 10.00 こめ油 0.50 上白糖 1.50 本みりん 1.00 食塩 0.20 うすくちしょうゆ 3.00 こいくちしょうゆ 3.00 削り節・こんぶだし 30.00	1/2コッペパン ソース焼きそば (261kca) 中華めん(ゆで) 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 0.03 食塩 0.20 チンゲンサイの スープ (35kcal) 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 ソフール (92kcal) ソフール 100.00	ごはん 精白米 85.00 鶏肉もも 40.00 清酒(純米酒) 0.80 じゃがいも 55.00 玉葱 30.00 にんじん 15.00 ぶなしめじ 10.00 さやいんげん 7.00 上白糖 1.0 食塩 0.1 本みりん 1.00 うすくちしょうゆ 2.50 こいくちしょうゆ 2.50 削り節 1.00 絹ごし豆腐 25.00 はくさい 35.00 にんじん 10.00 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 0.5 削り節 2.0 ひじき入り 干ひじき 3.00 鶏そぼろ (66kcal) 鶏肉ひき肉 20.00 しそ葉 0.30 ごま(いり) 1.00 上白糖 2.4 本みりん 2.5 うすくちしょうゆ 3.00 清酒(純米酒) 1.2 こめ油 0.3	ごはん 精白米 85.00 マーボーなす (142kcal) なす 50.00 玉葱 30.00 にんじん 15.00 ピーマン 15.00 しょうが 0.50 こめ油 1.00 トウバンジャン 0.10 食塩 0.10 こいくちしょうゆ 3.00 赤みそ 4.00 かたくり粉 1.00 わかめスープ (35kcal) じゃがいも 30.00 玉葱 25.00 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 0.30 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.50 ハムともやしの サラダ (44kcal) ローズハム 10.00 キャベツ 30.00 りよくともやし 25.00 上白糖 2.20 食塩 0.30 米酢 1.8 こめ油 0.3	牛肉のちらし 精白米 85.00 寿司 (382kcal) 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 七タ汁 (56kcal) オクラ 15.00 にんじん 15.00 だいこん 25.00 干し椎茸 0.50 春雨スープ (40kcal) 鶏肉もも 10.00 普通はるさめ(乾) 5.00 チンゲンサイ 30.00 にんじん 15.00 干し椎茸 0.50 食塩 0.20 削り節 2.00 だしこんぶ 0.50 白いんげん豆の 煮物 (46kcal) 上白糖 3.00 食塩 0.20 七タゼリー (32kcal) 七タ星ものがたり 40.00 あつあげのしょう がじょうゆかけ (82kcal) しょうが 1.00 上白糖 2.00 こいくちしょうゆ 2.50	ごはん 精白米 85.00 肉だんごの ポークチキンミートボール 45.00 甘酢あん (176kcal) ピーマン 20.00 玉葱 50.00 たけのこ(水煮) 10.00 にんじん 15.00 しょうが 0.50 顆粒中華だし 0.60 上白糖 6.00 こいくちしょうゆ 6.00 トマトケチャップ 5.00 米酢 3.50 こめ油 1.00 かたくり粉 1.20 鶏肉もも 10.00 普通はるさめ(乾) 5.00 チンゲンサイ 30.00 にんじん 15.00 干し椎茸 0.50 食塩 0.20 鳥がらだし 12.00 うすくちしょうゆ 4.00 絹厚揚げ 50.00 しょうが 1.00 上白糖 2.00 こいくちしょうゆ 2.50											
エネルギー たんぱく質 脂質	641 kcal 28.4 g 18.6 g	エネルギー たんぱく質 脂質	685 kcal 35.8 g 17.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	632 kcal 30.9 g 16.0 g	エネルギー たんぱく質 脂質	639 kcal 26.2 g 20.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	641 kcal 24.0 g 14.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	716 kcal 27.3 g 23.1 g						

7月9日(火)			7月10日(水)			7月11日(木)			7月12日(金)			7月16日(火)			7月17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
ごはん	精白米	85.00	カレーライス	精白米	85.00	豚ひき肉とにら	精白米	85.00	黒糖パン	黒糖パン	111.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00
鶏肉の照り焼き (105kcal)	鶏肉もも 玉葱 清酒(純米酒) 上白糖 本みりん こいくちしょうゆ	70.00 30.00 1.70 1.70 1.70 4.00	(463kcal) 豚もも じゃがいも 玉葱 にんじん マッシュルーム(水煮)	40.00 30.00 50.00 15.00 8.00	のそぼろ丼 (432kcal) 豚ひき肉 玉葱 にら にんじん しょうが にんにく	50.00 45.00 10.00 13.00 0.60 0.20	ほきフライ (161kcal) ホキ 食塩 白こしょう 薄力粉 パン粉 こめ油(揚げ油)	60.00 0.30 0.02 5.00 12.00 6.00	豚キムチ (217kcal) 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	50.00 15.00 35.00 30.00 7.00 0.50 0.50 2.00	ゴーヤチャンプルー (78kcal) にがうり 食塩 りよくとうもやし こめ油 食塩 こいくちしょうゆ 糸かつお	45.00 15.00 0.10 30.00 0.50 0.20 2.30 1.00					
小松菜のみそ汁 (54kcal)	こまつな 玉葱 えのきたけ にんじん 白みそ 赤みそ だしこんぶ 削り節	25.00 20.00 10.00 15.00 4.00 11.00 0.50 2.00	こめ油 食塩 ローレル カレールウ りんごピューレ 鳥がらだし	0.50 0.30 0.01 15.00 4.00 5.00	うすあげの みそ汁 (78kcal) 薄揚げ キャベツ にんじん 葉ねぎ 白みそ 赤みそ だしこんぶ 削り節	8.00 30.00 15.00 5.00 4.00 11.00 0.50 2.00	ウインナーの スープ (67kcal) ウインナー キャベツ 玉葱 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 30.00 20.00 10.00 0.80 0.02 1.20 15.00	中華スープ (37kcal) 鶏肉もも 木綿豆腐 チンゲンサイ にんじん 干し椎茸 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 鳥がらだし	10.00 20.00 25.00 15.00 0.50 0.20 0.02 4.00 12.00	ソーキ汁 (107kcal) 豚ばら 清酒(純米酒) だいこん にんじん 白ねぎ ぶなしめじ ほそめこんぶ(素干し)	20.00 0.60 40.00 10.00 10.00 1.20					
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	(32kcal) 上白糖 食塩 米酢 こめ油 りんご(缶) (41kcal) りんご(缶)	2.50 0.20 3.00 0.20 50.00	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	ラタトウイユ (59kcal) ショルダーベーコン 玉葱 なす ピーマン トマト缶詰 にんにく オリーブ油 食塩 白こしょう トマトケチャップ 上白糖 白ワイン うすくちしょうゆ バジル 0.02 かたくり粉 0.3	10.00 25.00 25.00 10.00 20.00 0.10 1.00 0.20 0.02 8.00 1.00 0.50 0.60	中華スープ (37kcal) 鶏肉もも 木綿豆腐 チンゲンサイ にんじん 干し椎茸 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 鳥がらだし ブロッコリーの しょうがづけ (30kcal) ブロッコリー にんじん しょうが 上白糖 こいくちしょうゆ	10.00 20.00 25.00 15.00 0.50 0.20 0.02 4.00 12.00 55.00 10.00 0.70 1.00 2.00	ごぼうとにんじん ごぼう のしりしり (35kcal) にんじん 玉葱 清酒(純米酒) 本みりん こいくちしょうゆ こめ油 シークワサーゼリー (36kcal) シークワサーゼリー	15.00 15.00 30.00 20.00 0.30 0.50 2.00 0.50 36.00					
エネルギー たんぱく質 脂質	658 kcal 34.1 g 18.0 g	エネルギー たんぱく質 脂質	663 kcal 25.1 g 18.0 g	エネルギー たんぱく質 脂質	689 kcal 29.2 g 22.6 g	エネルギー たんぱく質 脂質	757 kcal 34.3 g 28.1 g	エネルギー たんぱく質 脂質	702 kcal 28.0 g 29.5 g	エネルギー たんぱく質 脂質	679 kcal 31.0 g 20.6 g						

7月18日(木)	
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
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
とうふのみそ汁 (65kcal)	絹ごし豆腐 20.00
	キャベツ 25.00
	玉葱 20.00
	にんじん 15.00
	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
もやしの ごま酢あえ (31kcal)	りよくとうもやし 40.00
	さやいんげん 20.00
	にんじん 10.00
	ごま(いり) 1.00
	うすくちしょうゆ 0.80
	食塩 0.30
	上白糖 2.30
	米酢 2.00
エネルギー	703 kcal
たんぱく質	30.0 g
脂質	15.5 g

加工品の原材料について

7月2日(火) ソファール(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

7月5日(金) セタゼリー(七夕星ものがたり)

原材料	ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食物繊維(イヌリン)、水あめ、粉あめ、日向夏果汁、ドロマイト(炭酸カルシウムマグネシウム含有物)、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸(Na)、香料、増粘多糖類、クエン酸鉄Na、V.C、着色料(カロチン)、水
表示対象アレルゲン	なし

7月17日(水) シークワサーゼリー

原材料	砂糖・ぶどう糖果糖液糖、シークワサー果汁(濃縮還元)(沖縄県産シークワサー)、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。