



令和7年12月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

12月1日(月)			12月2日(火)			12月3日(水)			12月4日(木)			12月5日(金)			12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	のむヨーグルト	アシドミルクPLUS 180.00		
ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	きなこ揚げパン	コッペパン	105.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	(133kcal)			
マーボー豆腐 (165kcal)	牛ひき肉	10.00	関東煮 (149kcal)	鶏肉もも	40.00	(419kcal)	こめ油(揚げ油)	6.00	すき焼き煮 (172kcal)	和牛もも	45.00	たらの西京焼き (69kcal)	まだら	70.00	ビビンバ (445kcal)	精白米	85.00	
	豚ひき肉	30.00		じゃがいも	45.00		グラニュー糖	5.00		清酒(純米酒)	1.30		白みそ	6.00		牛ひき肉	20.00	
	木綿豆腐	60.00		絹厚揚げ	35.00		きな粉(大豆)	5.00		焼きふ(観世ふ)	3.00		うすくちしょうゆ	0.70		豚ひき肉	20.00	
	玉葱	40.00		だいこん	40.00	肉だんごスープ ポークチキンミートボール	30.00	木綿豆腐		30.00	清酒(純米酒)		1.00	にんにく		0.30		
	にら	10.00		にんじん	15.00		キャベツ	30.00	はくさい	50.00	本みりん	1.00	ごま油	1.00				
	しょうが	0.50		上白糖	1.00		玉葱	20.00	玉葱	30.00	上白糖	1.00	上白糖	3.00				
	にんにく	0.50		本みりん	1.00		にんじん	10.00	しいたけ	10.00	うすくず汁 (48kcal)	さといも(冷)	30.00	清酒(純米酒)	1.80			
	こめ油	0.50		食塩	0.30		コンソメ	1.00	白ねぎ	20.00		はくさい	25.00	こいくちしょうゆ	3.50			
	トウバンジャン	0.20		うすくちしょうゆ	3.00		うすくちしょうゆ	1.00	こめ油	0.50		にんじん	10.00	トウバンジャン	0.10			
	清酒(純米酒)	1.00		こいくちしょうゆ	3.00		鳥がらだし	2.50	上白糖	1.50		葉ねぎ	5.00	こまつな	25.00			
	食塩	0.20		削り節	1.50		食塩	0.20	本みりん	1.00		食塩	0.50	にんじん	20.00			
	こいくちしょうゆ	2.50		だしこんぶ	0.50		白こしょう	0.02	食塩	0.10		うすくちしょうゆ	5.00	りよくとうもやし	20.00			
	米みそ(赤色辛みそ)	4.00	うすあげとわかめ	薄揚げ	5.00	マセドアンサラダ	じゃがいも	35.00	ふのみそ汁 (64kcal)	焼きふ(観世ふ)	3.00	だしこんぶ	0.50	削り節	2.00	上白糖	2.00	
	かたくり粉	1.00		のすまし汁	玉葱		20.00	(40kcal)		にんじん	10.00	焼きふ(観世ふ)	3.00	かたくり粉	2.50	こいくちしょうゆ	3.00	
ビーフンスープ (41kcal)	鶏肉もも	10.00	(45kcal)	カットわかめ	0.50	えだまめ(冷)	5.00	玉葱	30.00	にんじん	15.00	高野豆腐の いり煮 (82kcal)	鶏肉ひき肉	15.00	わかめスープ (34kcal)	カットわかめ	0.50	
	ビーフン	5.00		にんじん	15.00		玉葱		10.00		ぶなしめじ		5.00	高野豆腐		8.00	じゃがいも	30.00
	はくさい	30.00		えのきたけ	10.00		こめ油		0.50		葉ねぎ		5.00	にんじん		10.00	玉葱	25.00
	にんじん	10.00		食塩	0.40		米酢		1.80		白みそ		4.00	干ひじき		0.50	にんじん	10.00
	葉ねぎ	5.00	うすくちしょうゆ	4.00	食塩		0.40		赤みそ		11.00		こめ油	0.50		干し椎茸	0.50	
	食塩	0.20	だしこんぶ 0.5 削り節 2.0		白こしょう		0.02		だしこんぶ		0.50		上白糖	1.30		鳥がらだし	10.00	
	白こしょう	0.02	ひじき入り	干ひじき	3.00		かぶのゆず風味 (20kcal)		削り節		2.00		うすくちしょうゆ	1.80		白こしょう	0.02	
	うすくちしょうゆ	4.00	鶏そぼろ	鶏肉ひき肉	20.00				かぶ		60.00		削り節・こんぶだし	40.00		うすくちしょうゆ	1.70	
	鳥がらだし	12.00	しそ葉	0.30	にんじん				10.00		りんごのムース (64kcal)		りんごのムース	30.00		金時豆の甘煮 (49kcal)	金時豆	13.00
ブロッコリーの	ブロッコリー	50.00	ごま(いり)	1.00	上白糖	1.20		上白糖 0.3 米酢 0.7				上白糖 5.0 食塩 0.1						
サラダ	にんじん	10.00	上白糖 2.4 こめ油 0.3		うすくちしょうゆ	0.40							ゆず(果汁)	0.50				
(38kcal)	上白糖	2.50	うすくちしょうゆ	2.40	本みりん	3.00												
	食塩 0.2 米酢 3.0		清酒(純米酒)	1.20														
オリーブ油	0.30																	
エネルギー	662	kcal	エネルギー	678	kcal	エネルギー	671	kcal	エネルギー	674	kcal	エネルギー	681	kcal	エネルギー	661	kcal	
たんぱく質	30.6	g	たんぱく質	34.0	g	たんぱく質	23.9	g	たんぱく質	31.4	g	たんぱく質	35.5	g	たんぱく質	20.8	g	
脂質	21.6	g	脂質	20.6	g	脂質	25.9	g	脂質	19.8	g	脂質	18.3	g	脂質	13.0	g	

12月9日(火)			12月10日(水)			12月11日(木)			12月12日(金)			12月15日(月)			12月16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	ハヤシライス	精白米	85.00	焼き鳥丼	精白米	85.00	コンソメライス	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00			
豚肉と野菜の みそいため煮 (131kcal)	豚もも	50.00	(516kcal)	和牛もも	40.00	(422kcal)	鶏肉もも	70.00	(296kcal)	コンソメ	1.80	カレーうどん	豚もも	35.00	豚肉の	豚肩ロース(脂肪なし)	65.00			
	清酒(純米酒)	1.00		じゃがいも	30.00		しょうが	0.20		さけフライ	しろさけ	60.00	(230kcal)	うどん	30.00	しょうが焼き	玉葱	35.00		
	しょうが	1.00		にんじん	15.00		清酒(純米酒)	1.50		(201kcal)	食塩	0.30		薄揚げ	5.00	(164kcal)	しょうが	1.30		
	こめ油	1.00		玉葱	40.00		玉葱	40.00			白こしょう	0.02		玉葱	40.00		上白糖	0.80		
	なす	40.00		こめ油	0.50		白ねぎ	20.00			薄力粉	5.00		にんじん	15.00		清酒(純米酒)	1.60		
	キャベツ	35.00		トマトピューレ	5.00		こいくちしょうゆ	6.00			パン粉	12.00		葉ねぎ	5.00		本みりん	0.90		
	玉葱	30.00		トマトケチャップ	8.00		上白糖	2.00			こめ油(揚げ油)	6.00		こめ油	0.50		こいくちしょうゆ	4.00		
	にんじん	15.00		ローレル	0.03		本みりん	6.00			とんかつソース	10.00		食塩	0.10		こめ油	0.50		
	上白糖	3.00		食塩	0.80		かたくり粉	0.50			ABCマカロニ	ショルダーベーコン		10.00	カレールウ		7.00	かきたま汁	木綿豆腐	20.00
	本みりん	2.00		白こしょう	0.03		さつまいもの	さつまいも			30.00	スープ		ABCマカロニ	5.00		こいくちしょうゆ	2.00	鶏卵除去対応 (71kcal)	鶏卵
	赤みそ	2.50	デミグラスソース	5.00	みそ汁	玉葱	20.00	(53kcal)	キャベツ		30.00	だしこんぶ		0.50	にんじん		10.00			
	こいくちしょうゆ	1.00	中濃ソース	3.00	(90kcal)	にんじん	15.00		玉葱		15.00	削り昆布	2.00	はくさい	30.00					
はくさいの すまし汁 (25kcal)	はくさい	40.00	ウスターソース	3.00		えのきたけ	10.00		にんじん	10.00	ベーコンとキャベツ	ショルダーベーコン	10.00	しいたけ	5.00					
	にんじん	15.00	薄力粉	7.00		葉ねぎ	5.00		コンソメ	0.80	ツのいためもの	キャベツ	40.00	食塩	0.30					
	えのきたけ	10.00	こめ油	6.00		白みそ	4.00		うすくちしょうゆ	1.00	(37kcal)	ピーマン	10.00	うすくちしょうゆ	5.00					
	葉ねぎ	5.00	キャベツのひじき	キャベツ		50.00	赤みそ		11.00	鳥がらだし		2.50	にんじん	10.00	かたくり粉	1.50				
	干し椎茸	0.50	ドレッシング	にんじん		15.00	だしこんぶ		0.50	食塩		0.20	こめ油	0.50	だしこんぶ	0.60				
	食塩	0.40	(29kcal)	干ひじき		0.50	削り節		2.00	白こしょう		0.02	食塩	0.20	削り節	2.20				
	うすくちしょうゆ	4.00		はくさいの		はくさい	60.00		だいこんサラダ	だいこん		30.00	白こしょう	0.02	さやいんげんの	さやいんげん	40.00			
	だしこんぶ	0.50		煮びたし		にんじん	10.00		(21kcal)	にんじん		10.00	うすくちしょうゆ	1.00	ごまあえ	にんじん	15.00			
	削り節	2.00		(16kcal)		上白糖	0.80	りよくとうもやし		20.00		ソファール	ソファール	100.00	(34kcal)	ごま(ねり)	2.30			
	あつあげのしょう がじょうゆかけ (80kcal)	絹厚揚げ			50.00	うすくちしょうゆ	1.00	こいくちしょうゆ		1.80		米酢	2.30	(92kcal)			上白糖	0.80		
しょうが		1.00				かつお昆布だし	20.00	上白糖		2.00		こいくちしょうゆ	0.60				こいくちしょうゆ	2.00		
上白糖		1.50				りんご(缶)	りんご(缶)	50.00												
こいくちしょうゆ		2.00				(41kcal)														
エネルギー	654	kcal	エネルギー	712	kcal		エネルギー	654	kcal	エネルギー	697	kcal	エネルギー	759	kcal	エネルギー	687	kcal		
たんぱく質	33.0	g	たんぱく質	23.4	g		たんぱく質	32.0	g	たんぱく質	31.9	g	たんぱく質	31.1	g	たんぱく質	32.6	g		
脂質	19.6	g	脂質	23.2	g	脂質	14.1	g	脂質	20.4	g	脂質	20.2	g	脂質	25.1	g			

12月17日(水)		12月18日(木)		12月19日(金)		12月22日(月)		12月23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	
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	
ミルメークココア (35kcal)	ミルメーク(ココア) 12.50	ごはん	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00	コンソメライス (296kcal)	精白米 85.00	
黒糖パン	黒糖パン 111.00	肉だんごと野菜の	ポークチキンミートボール 25.00	さわらのゆず	さわら 70.00	鶏肉のからあげ (182kcal)	鶏肉もも 70.00	コンソメ	1.80	
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	豆乳鍋風 (152kcal)	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	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		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	ケチャップソース ハンバーグ (186kcal)	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 0.20 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 0.20 上白糖 0.60 トマトケチャップ 12.00 中濃ソース 3.00	
コンソメスープ (24kcal)	キャベツ 30.00 玉葱 25.00 りよくとうもやし 20.00 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 0.20 白こしょう 0.02	牛肉とじゃがいも のきんぴら (80kcal)	和牛もも 10.00 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		冬野菜のみそ汁 (60kcal)	絹ごし豆腐 20.00 だいこん 25.00 はくさい 30.00 にんじん 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	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	野菜スープ (36kcal)	キャベツ 30.00 玉葱 15.00 じゃがいも 30.00 にんじん 15.00 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
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 0.10 米酢 3.00 こめ油 0.20	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			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 かつお昆布だし 30.00	クリスマス デザート (選択制)	サンタさんのチョコケーキ 18.00 (55kcal) クリスマスカップデザート 36.00 (51kcal)	
エネルギー 695 kcal たんぱく質 33.7 g 脂質 18.6 g		エネルギー 670 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 19.9 g		エネルギー 653 kcal たんぱく質 32.6 g 脂質 18.1 g		エネルギー 733 kcal たんぱく質 33.4 g 脂質 25.0 g		エネルギー 644 kcal たんぱく質 26.7 g 脂質 22.3 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。