



令和7年10月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

10月1日(水)			10月2日(木)			10月3日(金)			10月6日(月)			10月7日(火)			10月8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
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	ごはん	精白米	85.00	さつまいもごはん	精白米	75.00	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
鶏肉の	鶏肉もも	70.00	豚キムチ	豚ばら	50.00	(331kcal)	もち米	10.00	(296kcal)	コンソメ	1.80	かしわの	鶏肉もも	45.00	豚肉と野菜の	豚もも	50.00
照り焼き	玉葱	30.00	(217kcal)	はくさい(キムチ)	15.00		さつまいも	30.00	ポークチャップ	豚もも	60.00	すき焼き煮	清酒(純米酒)	1.30	塩こうじいため	食塩	0.20
(105kcal)	清酒(純米酒)	1.70		はくさい	35.00		食塩	0.70	(134kcal)	玉葱	50.00	(119kcal)	焼きふ(観世ふ)	3.00	(114kcal)	清酒(純米酒)	1.00
	上白糖	1.70		玉葱	30.00		清酒(純米酒)	0.50		マッシュルーム(水煮)	10.00		木綿豆腐	30.00		塩麴	4.50
	本みりん	1.70		にら	7.00		だしこんぶ	0.60		にんにく	0.20		はくさい	40.00		チンゲンサイ	20.00
	こいくちしょうゆ	4.00		ごま油	0.50	鮭のつけ焼き	しろさけ	70.00		トマトケチャップ	8.00		玉葱	20.00		キャベツ	40.00
小松菜の	こまつな	25.00		しょうが	0.50	(97kcal)	清酒(純米酒)	2.00		トマトピューレ	5.00		しいたけ	5.00		ぶなしめじ	10.00
みそ汁	玉葱	20.00		上白糖	2.00		上白糖	1.50		ウスターソース	5.00		白ねぎ	15.00		玉葱	30.00
(54kcal)	えのきたけ	10.00		こいくちしょうゆ	3.00		こいくちしょうゆ	3.00		コンソメ	0.30		こめ油	0.50		にんじん	10.00
	にんじん	15.00		食塩	0.10	里芋のみそ汁	さといも(冷)	25.00		上白糖	1.50		上白糖	1.50		しょうが	0.50
	白みそ	4.00		白こしょう	0.02	(88kcal)	薄揚げ	5.00		こめ油	1.00		本みりん	1.00		にんにく	0.20
	赤みそ	11.00	中華スープ	鶏肉もも	10.00		はくさい	30.00	野菜スープ	ベーコン	10.00		食塩	0.10		上白糖	2.00
	だしこんぶ	0.50	(37kcal)	木綿豆腐	20.00		玉葱	20.00	(59kcal)	玉葱	25.00		こいくちしょうゆ	5.00		こいくちしょうゆ	3.50
	削り節	2.00		チンゲンサイ	25.00		にんじん	10.00		にんじん	15.00	うすあげとわか	薄揚げ	5.00		かたくり粉	1.00
高野豆腐の	鶏肉ひき肉	15.00		にんじん	15.00		葉ねぎ	5.00		はくさい	30.00	めのすまし汁	玉葱	20.00		こめ油	0.50
いり煮	高野豆腐	8.00		干し椎茸	0.50		白みそ	4.00		食塩	0.50	(44kcal)	カットわかめ	0.50	ふのみそ汁	焼きふ(観世ふ)	3.00
(82kcal)	にんじん	10.00		食塩	0.20		赤みそ	11.00		白こしょう	0.02		にんじん	10.00	(66kcal)	玉葱	30.00
	干ひじき	0.50		白こしょう	0.02		だしこんぶ	0.50		うすくちしょうゆ	1.20		えのきたけ	10.00		にんじん	15.00
	こめ油	0.50		うすくちしょうゆ	4.00		削り節	2.00		鳥がらだし	15.00		食塩	0.40		えのきたけ	10.00
	上白糖	1.30		鳥がらだし	12.00	お月見ゼリー	十五夜デザート	28.00	カリフラワーの	カリフラワー	50.00		うすくちしょうゆ	4.00		葉ねぎ	5.00
	食塩	0.20	ブリッコリーの	ブロッコリー	50.00	(27kcal)			サラダ	にんじん	10.00		だしこんぶ	0.50		白みそ	4.00
	うすくちしょうゆ	1.80	サラダ	にんじん	10.00				(32kcal)	上白糖	2.50		削り節	2.00		赤みそ	11.00
	かつお昆布だし	40.00	(38kcal)	上白糖	2.50					食塩	0.20	きんぴらごぼう	豚もも	15.00		だしこんぶ	0.50
				食塩	0.20					米酢	3.00	(61kcal)	ごぼう	30.00		削り節	2.00
				米酢	3.00					こめ油	0.20		にんじん	15.00	かぼちゃの甘煮	西洋かぼちゃ	50.00
				オリーブ油	0.30				ソフール	ソフール	100.00		こめ油 0.7 上白糖 2.0	(53kcal)	上白糖	3.00	
									(92kcal)				こいくちしょうゆ 2.00		こいくちしょうゆ	1.00	
													本みりん 1.00		清酒(純米酒)	1.00	
エネルギー	659	kcal	エネルギー	710	kcal	エネルギー	669	kcal	エネルギー	739	kcal	エネルギー	642	kcal	エネルギー	651	kcal
たんぱく質	37.4	g	たんぱく質	27.5	g	たんぱく質	34.3	g	たんぱく質	34.0	g	たんぱく質	32.8	g	たんぱく質	30.8	g
脂質	19.0	g	脂質	29.8	g	脂質	15.0	g	脂質	20.6	g	脂質	17.3	g	脂質	14.4	g

10月9日(木)			10月10日(金)			10月14日(火)			10月15日(水)			10月16日(木)			10月17日(金)			
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	
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	ごはん	精白米	85.00	豚丼	精白米	85.00	ハヤシライス	精白米	85.00	1/2コッペパン	1/2コッペパン	55.00	ごはん	精白米	85.00	
マーボー豆腐 (165kcal)	牛ひき肉	10.00	あじの甘酢かけ (162kcal)	まあじ	60.00	(443kcal)	豚肩ロース(脂肪なし)	50.00	(516kcal)	和牛もも	40.00	和風スパゲッティ (252kcal)	鶏肉もも	35.00	さつまいもと鶏肉 (140kcal)	鶏肉もも	50.00	
	豚ひき肉	30.00		薄力粉	4.00		清酒(純米酒)	1.50		じゃがいも	30.00		白ワイン	0.60		の甘辛煮	清酒(純米酒)	0.80
	木綿豆腐	60.00		かたくり粉	3.50		玉葱	50.00		にんじん	15.00		ショルダーベーコン	10.00		さつまいも	40.00	
	玉葱	40.00		こめ油(揚げ油)	6.00		にんじん	15.00		玉葱	40.00		スパゲッティ	45.00		ごぼう	20.00	
	にら	10.00		米酢	2.50		ぶなしめじ	8.00		こめ油	0.50		ほうれんそう	30.00		にんじん	15.00	
	しょうが	0.50		上白糖	2.50		こめ油 0.5 上白糖 2.0			トマトピューレ	5.00		ぶなしめじ	15.00		干し椎茸	0.50	
	にんにく	0.50		こいくちしょうゆ	2.50		本みりん 1.3 食塩 0.2			トマトケチャップ	8.00		玉葱	40.00		上白糖	1.50	
	こめ油 0.5 食塩 0.2			ごま油	0.30		こいくちしょうゆ	4.00		ローレル	0.03		しそ葉	1.00		本みりん	1.00	
	トウバンジャン	0.20		食塩	0.10		うすくちしょうゆ	2.00		食塩	0.80		こめ油	1.00		食塩	0.10	
	清酒(純米酒)	1.00	豚汁 (74kcal)	豚もも	15.00	吉野汁 (57kcal)	鶏肉もも	15.00		白こしょう	0.03		にんにく	0.50	玉ねぎのみそ汁 (75kcal)	こいくちしょうゆ	4.00	
	こいくちしょうゆ	2.50		じゃがいも	20.00		木綿豆腐	20.00		デミグラスソース	5.00		オリーブ油	0.50		削り節	1.00	
	米みそ(赤色辛みそ)	4.00		だいこん	15.00		こまつな	20.00		中濃ソース	3.00		食塩 0.5 白こしょう 0.02	薄揚げ		5.00		
ビーフンスープ (42kcal)	かたくり粉	1.00		にんじん	10.00		干し椎茸	0.50		ウスターソース	3.00	ごぼうサラダ (99kcal)	うすくちしょうゆ	3.50		玉葱	35.00	
	鶏肉もも	10.00	ごぼう	8.00	だいこん	20.00	薄力粉	7.00	こめ油	6.00	焼きのり 小袋		0.30	にんじん		15.00		
	ビーフン	5.00	葉ねぎ	5.00	食塩 0.4 かたくり粉 2.0		キャベツのひじき	50.00	ごぼう	30.00	ぶなしめじ		10.00					
	カットわかめ	0.50	赤みそ	7.00	うすくちしょうゆ	4.00	ドレッシング		玉葱	20.00	葉ねぎ		5.00					
	はくさい	30.00	白みそ	4.00	だしこんぶ	0.60	にんじん	15.00	にんじん	15.00	白みそ		4.00					
	にんじん	10.00	だしこんぶ	0.60	削り節	2.30	干ひじき	0.50	えだまめ(冷)	5.00	赤みそ		11.00					
	葉ねぎ	5.00	削り節	2.00	大豆の五目煮 (49kcal)	薄揚げ	5.00	上白糖	1.50	食塩 0.1 米酢 0.3			だしこんぶ	0.50				
	食塩 0.2 白こしょう 0.02		キャベツの	キャベツ		50.00	大豆(国産、ゆで)	7.00	食塩	0.20	うすくちしょうゆ		0.30	削り節		2.00		
	うすくちしょうゆ	4.00	赤じそあえ	りよくとうもやし		20.00	にんじん	10.00	米酢	1.00	エッグケア(卵不使用)		10.00	はくさいの酢の物		35.00		
	鳥がらだし	12.00	(16kcal)	赤じそ(梅漬乾)		1.20	れんこん	5.00	うすくちしょうゆ	1.00	コンソメスープ		30.00	にんじん		15.00		
	もやしの ごま酢あえ (29kcal)	りよくとうもやし	40.00	上白糖		0.30	しいたけ	10.00		こめ油	0.50		(29kcal)	じゃがいも		25.00	えのきたけ	10.00
		さやいんげん	15.00	うすくちしょうゆ		1.00	干ひじき	1.50	みかん(缶)	みかん(缶)	50.00		にんじん	15.00		上白糖	2.50	
にんじん		10.00			上白糖 1.0 本みりん 0.4		(32kcal)		コンソメ	1.00	食塩	0.20						
ごま(いり)		1.00			こいくちしょうゆ	1.5			うすくちしょうゆ	1.00	米酢	2.00						
うすくちしょうゆ 0.3 食塩 0.3					削り節・こんぶだし	20.00			鳥がらだし	2.50								
上白糖 2.3 米酢 2.0		やさいゼリー(28kcal)	やさいゼリー	50.00				食塩 0.2 白こしょう 0.02										
エネルギー	654	kcal	エネルギー	670	kcal	エネルギー	703	kcal	エネルギー	703	kcal	エネルギー	677	kcal	エネルギー	657	kcal	
たんぱく質	29.2	g	たんぱく質	32.5	g	たんぱく質	32.3	g	たんぱく質	23.5	g	たんぱく質	30.4	g	たんぱく質	30.1	g	
脂質	21.5	g	脂質	20.2	g	脂質	22.5	g	脂質	23.2	g	脂質	23.2	g	脂質	14.8	g	

10月20日(月)			10月21日(火)			10月22日(水)			10月23日(木)			10月24日(金)			10月27日(月)		
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		中華丼 (446kcal)	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00		ごはん	精白米 85.00		パンプキンパン	パンプキンパン 105.00	
ごはん	精白米 85.00		筑前煮 (117kcal)	鶏肉もも 40.00			豚モモ(脂身付き) 50.00		ミートローフ (182kcal)	牛ひき肉 30.00		揚げ鶏の (198kcal)	鶏肉もも 70.00		鶏肉の	鶏肉もも 70.00	
肉だんごの	ポークチキンミートボール 45.00			だいこん 30.00			清酒(純米酒) 1.00			豚ひき肉 30.00		ねぎだれかけ	清酒(純米酒) 1.50		バジル風味	白ワイン 2.00	
甘酢あん (176kcal)	ピーマン 20.00			れんこん 10.00			絹厚揚げ 15.00			絹ごし豆腐 35.00			しょうが 0.80		(88kcal)	食塩 0.30	
	玉葱 50.00			ごぼう 20.00			玉葱 40.00			玉葱 25.00			かたくり粉 10.00			白こしょう 0.03	
	たけのこ(水煮) 10.00			にんじん 20.00			はくさい 30.00			にんじん 5.00			こめ油 8.00			オリーブ油 0.80	
	にんじん 15.00			しいたけ 10.00			たけのこ(水煮) 15.00			しょうが 0.20			白ねぎ 8.00			バジル(粉) 0.05	
	しょうが 0.50			さといも(冷) 30.00			にんじん 15.00			食塩 0.50			上白糖 1.00		ウインナーの	ウインナー 15.00	
	顆粒中華だし 0.60			こめ油 0.5 上白糖 1.0			チンゲンサイ 15.00			白こしょう 0.02			米酢 1.50		スープ	はくさい 35.00	
	上白糖 6.00			本みりん 1.0 食塩 0.2			干し椎茸 0.50			トマトケチャップ 7.00			こいくちしょうゆ 1.50		(66kcal)	玉葱 20.00	
	こいくちしょうゆ 6.00			うすくちしょうゆ 2.50			こめ油 1.00			ウスターソース 6.00			ごま油 0.50			にんじん 10.00	
	トマトケチャップ 5.00			こいくちしょうゆ 2.50			上白糖 1.00			ショルダーベーコン 10.00		なめこのみそ汁	絹ごし豆腐 20.00			食塩 0.80	
	米酢 3.50			削り節 0.80			食塩 0.2 白こしょう 0.02		ABCマカロニ	ABCマカロニ 5.00		(54kcal)	なめこ 15.00			白こしょう 0.02	
	こめ油 1.00		はくさいの	はくさい 40.00			こいくちしょうゆ 2.20		スープ	キャベツ 30.00			はくさい 30.00			うすくちしょうゆ 1.20	
	かたくり粉 1.20		すまし汁	にんじん 15.00			うすくちしょうゆ 2.20		(53kcal)	玉葱 15.00			葉ねぎ 5.00			鳥がらだし 15.00	
春雨スープ (39kcal)	鶏肉もも 10.00		(25kcal)	えのきたけ 10.00			かたくり粉 1.00			にんじん 10.00			白みそ 4.00		ピクルス	だいこん 25.00	
	普通はるさめ(乾) 5.00			葉ねぎ 5.00		わかめスープ	カットわかめ 0.50			コンソメ 0.80			赤みそ 11.00		(21kcal)	キャベツ 20.00	
	チンゲンサイ 25.00			干し椎茸 0.50		(28kcal)	じゃがいも 25.00			うすくちしょうゆ 1.00			だしこんぶ 0.50			にんじん 10.00	
	にんじん 15.00			食塩 0.40			えのきたけ 15.00			鳥がらだし 2.50			削り節 2.00			上白糖 2.00	
	干し椎茸 0.50			うすくちしょうゆ 4.00			にんじん 15.00			食塩 0.20		小松菜の	こまつな 40.00			りんご酢 2.00	
	食塩 0.20			だしこんぶ 0.5 削り節 2.0			鳥がらだし 10.00			白こしょう 0.02		おかかあえ	えのきたけ 15.00			食塩 0.20	
	白こしょう 0.02		ひじき入り	干ひじき 3.00			食塩 0.3 白こしょう 0.02		マセドアンサラダ	じゃがいも 35.00		(20kcal)	にんじん 15.00			うすくちしょうゆ 0.50	
	うすくちしょうゆ 4.00		鶏そぼろ	鶏肉ひき肉 20.00			うすくちしょうゆ 1.50		(40kcal)	にんじん 10.00			糸かつお 1.00		かぼちゃプリン	北海道かぼちゃプリン 35.00	
	鳥がらだし 12.00		(66kcal)	しそ葉 0.30		金時豆の甘煮	金時豆 13.00			えだまめ(冷) 5.00			こいくちしょうゆ 2.00		(53kcal)		
あつあげのしょう	絹厚揚げ 50.00			ごま(いり) 1.00		(49kcal)	上白糖 5.00			玉葱 10.00			削り節・こんぶだし 5.00				
がじょうゆかけ	しょうが 1.00			上白糖 2.40			食塩 0.10			こめ油 0.50							
(82kcal)	上白糖 2.00			うすくちしょうゆ 3.00			こいくちしょうゆ 1.00			米酢 1.80							
	こいくちしょうゆ 2.50			本みりん 2.5 こめ油 0.3		ぶどうゼリー	国産ぶどうゼリー 50.00			食塩 0.40							
				清酒(純米酒) 1.20		(46kcal)				白こしょう 0.02							
エネルギー	722 kcal		エネルギー	626 kcal		エネルギー	695 kcal		エネルギー	693 kcal		エネルギー	690 kcal		エネルギー	677 kcal	
たんぱく質	25.2 g		たんぱく質	29.5 g		たんぱく質	28.2 g		たんぱく質	29.8 g		たんぱく質	32.8 g		たんぱく質	32.8 g	
脂質	16.4 g		脂質	15.4 g		脂質	17.6 g		脂質	24.5 g		脂質	23.2 g		脂質	24.5 g	

10月28日(火)			10月29日(水)			10月30日(木)			10月31日(金)		
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
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	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	カレーライス	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00
(474kcal)	鶏卵	45.00	しそのふりかけ	赤じそ(梅漬乾)	1.70	(464kcal)	豚もも	40.00	さわらの西京焼き	さわら	70.00
	和牛もも	40.00	(3kcal)				じゃがいも	30.00	(130kcal)	白みそ	5.00
	清酒(純米酒)	1.00	かやくうどん	干しうどん(乾)	30.00		玉葱	50.00		うすくちしょうゆ	0.70
	玉葱	50.00	(169kcal)	鶏肉もも	25.00		にんじん	15.00		清酒(純米酒)	1.00
	にんじん	10.00	薄揚げ	5.00	マッシュルーム(水煮)		8.00	本みりん		1.00	
	干し椎茸	0.50	はくさい	30.00	にんにく		0.50	上白糖		1.00	
	切りみつば	3.00	にんじん	10.00	こめ油		0.50	うすくず汁	さといも(冷)	30.00	
	上白糖 1.0 食塩 0.3		葉ねぎ	5.00	食塩		0.30	(48kcal)	はくさい	25.00	
	本みりん	0.50	うすくちしょうゆ	4.50	ローレル		0.01		にんじん	10.00	
	うすくちしょうゆ	3.00	本みりん	0.50	カレールウ		15.00		葉ねぎ	5.00	
	こいくちしょうゆ	2.00	食塩	0.20	りんごピューレ		4.00		食塩	0.50	
	削り節・こんぶだし	30.00	だしこんぶ	0.60	鳥がらだし		5.00		うすくちしょうゆ	5.00	
けんちん汁	木綿豆腐	20.00		削り節	2.50	キャベツの	キャベツ	50.00		だしこんぶ	0.50
(58kcal)	さといも(冷)	25.00	豚肉とごぼうの	豚もも	35.00	サラダ	にんじん	15.00		削り節	2.00
	ごぼう	10.00	煮もの	清酒(純米酒)	1.00	(25kcal)	上白糖	1.30		かたくり粉	2.50
	こまつな	15.00	(79kcal)	ごぼう	20.00		食塩	0.20	切干だいこんの	薄揚げ	10.00
	にんじん	10.00	ごぼう	20.00	米酢		1.50	いため煮	切干しだいこん	8.00	
	こめ油 0.5 食塩 0.4		にんじん	10.00	こめ油		0.30	(81kcal)	にんじん	15.00	
	うすくちしょうゆ	4.00	上白糖	1.60	りんご(缶)	りんご(缶)	50.00		こめ油	0.50	
	だしこんぶ	0.50	食塩	0.10	(41kcal)				上白糖	1.50	
	削り節	2.00	こいくちしょうゆ	1.80					本みりん	1.00	
はくさいの	はくさい	55.00	かつお昆布だし	10.00				うすくちしょうゆ	2.00		
ゆず風味	にんじん	10.00								こいくちしょうゆ	2.00
	上白糖	1.50							かつお昆布だし	30.00	
	食塩	0.20									
	米酢	1.00									
	うすくちしょうゆ	0.80									
	ゆず(果汁)	1.00									
エネルギー	676	kcal	エネルギー	648	kcal	エネルギー	656	kcal	エネルギー	677	kcal
たんぱく質	31.8	g	たんぱく質	31.5	g	たんぱく質	24.3	g	たんぱく質	33.4	g
脂質	22.1	g	脂質	14.9	g	脂質	18.1	g	脂質	20.6	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。

加工品の原材料について

10月3日(金) お月見ゼリー(十五夜デザート)

原材料	【みかんゼリー】うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、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、クエン酸鉄Na使用、香料使用、【モチーフ】水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、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
表示対象アレルゲン	なし

10月27日(月) かぼちゃプリン
(北海道かぼちゃプリン 豆乳クリーム入り)

原材料	かぼちゃペースト、砂糖、水あめ、食物繊維(イヌリン)、ショートニング、豆乳加工品、粉あめ、ぶどう糖果糖液糖、食塩、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、着色料(カラメル)、乳化剤、着色料(カロチン)、水
表示対象アレルゲン	大豆