



# 令和7年1月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

1月9日(木)			1月10日(金)			1月14日(火)			1月15日(水)			1月16日(木)			1月17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	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				
カレーライス (464kcal)	精白米	85.00	ごはん ぶりの幽庵焼き (148kcal) 食塩 こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(純米酒) ゆず(果汁) 雑煮 (89kcal) だいこん にんじん 糸みつば 白みそ 赤みそ 削り節 紅白なます (24kcal) にんじん 米酢 上白糖 食塩	精白米	85.00	ミルクココア (35kcal) 豚丼 水稲穀粒(はいが精米) 85.00 豚肩ロース(脂肪なし) 50.00 清酒(純米酒) 1.50 玉葱 50.00 にんじん 15.00 ぶなしめじ 8.00 こめ油 0.5 食塩 0.2 上白糖 2.00 本みりん 1.30 こいくちしょうゆ 4.00 うすくちしょうゆ 2.00 じゃがいもの みそ汁 (67kcal) にんじん 10.00 えのきたけ 10.00 葉ねぎ 5.00 白みそ 4.0 赤みそ 11.0 だしこんぶ 0.5 削り節 2.0 大豆の五目煮 (49kcal) 大豆(国産、ゆで) 7.00 にんじん 10.00 れんこん 5.00 しいたけ 10.00 干ひじき 1.50 上白糖 1.0 本みりん 0.5 こいくちしょうゆ 1.50 削り節・こんぶだし 20.00	ミルクココア	12.50	黒糖パン 肉だんごの トマト煮 (148kcal) ブロッコリー 玉葱 マッシュルーム(水煮) にんじん にんにく オリーブ油 トマト缶詰 トマトケチャップ 上白糖 食塩 白こしょう ローレル ウスターソース 鳥がらだし ごぼうサラダ (99kcal) ごぼう 玉葱 にんじん えだまめ(冷) 食塩 米酢 うすくちしょうゆ エッグケア(卵不使用) 10.00 ぶどうゼリー (46kcal)	黒糖パン(コッペ)	111.00	ごはん 鶏肉のからあげ (182kcal) しょうが にんにく 食塩 白こしょう かたくり粉 こめ油(揚げ油) 薄揚げ 玉葱 にんじん ぶなしめじ 葉ねぎ 白みそ 赤みそ だしこんぶ 削り節 ほうれん草の ごまあえ (26kcal) にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ ブロッコリーの サラダ (38kcal)	精白米	85.00	のむヨーグルト (133kcal) マーボー豆腐 (165kcal) 牛ひき肉 豚ひき肉 木綿豆腐 玉葱 にら しょうが にんにく こめ油 トウバンジャン 清酒(純米酒) 食塩 こいくちしょうゆ 米みそ(赤色辛みそ) かたくり粉 わかめスープ (34kcal) じゃがいも 玉葱 にんじん 干し椎茸 鳥がらだし 食塩 0.3 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.50 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 0.2 米酢 3.0 オリーブ油 0.30	鶏肉もも	70.00	マッシュルーム(水煮) にんにく こめ油 食塩 ローレル カレールーウ りんごピューレ 鳥がらだし キャベツ にんじん 干ひじき 上白糖 食塩 米酢 うすくちしょうゆ こめ油 りんご(缶) (41kcal)	鶏肉もも	70.00	アシドミルクPLUS 180.00 牛ひき肉 10.00 豚ひき肉 30.00 木綿豆腐 60.00 玉葱 40.00 にら 10.00 しょうが 0.50 にんにく 0.50 こめ油 0.50 トウバンジャン 0.20 清酒(純米酒) 1.00 食塩 0.20 こいくちしょうゆ 2.50 米みそ(赤色辛みそ) 4.00 かたくり粉 1.00 カットわかめ 0.50 じゃがいも 30.00 玉葱 25.00 にんじん 10.00 干し椎茸 0.50 鳥がらだし 10.00 食塩 0.3 白こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.50 ブロッコリーの サラダ (38kcal) ブロッコリー 50.00 にんじん 10.00 上白糖 2.50 食塩 0.2 米酢 3.0 オリーブ油 0.30
	エネルギー	660 kcal		エネルギー	679 kcal		エネルギー	720 kcal		エネルギー	763 kcal		エネルギー	701 kcal		エネルギー	662 kcal				
	たんぱく質	24.4 g		たんぱく質	33.7 g		たんぱく質	30.2 g		たんぱく質	26.2 g		たんぱく質	32.5 g		たんぱく質	26.8 g				
	脂質	18.3 g		脂質	21.8 g		脂質	21.6 g		脂質	27.4 g		脂質	23.6 g		脂質	14.3 g				

1月20日(月)			1月21日(火)			1月22日(水)			1月23日(木)			1月24日(金)			1月27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			
																		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	牛乳	牛乳	206.00
ごはん	精白米	85.00	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	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00
豚肉とだいこん の煮もの (141kcal)	豚ばら 豚もも だいこん こまつな にんじん ごぼう 本みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 だしこんぶ 削り節	20.00 20.00 60.00 20.00 20.00 10.00 1.00 3.50 1.00 0.50 2.00	肉じゃが (137kcal)	和牛もも 清酒(純米酒) じゃがいも 玉葱 にんじん こめ油 上白糖 1.0 食塩 0.1 本みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 削り節	35.00 1.20 55.00 30.00 15.00 0.50 0.50 0.50 2.50 3.00 0.70	(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 キャベツの みそ汁	70.00 0.20 1.50 40.00 20.00 6.00 2.00 6.00 0.50 30.00 20.00	豚キムチ 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 2.00 6.00 3.00 0.10 0.02	(217kcal)	鮭のちゃんちゃん 焼き (117kcal)	しろさけ 食塩 清酒(純米酒) キャベツ 玉葱 ぶなしめじ 赤みそ 上白糖 本みりん こいくちしょうゆ エッグケア(卵不使用)	60.00 0.20 1.00 20.00 10.00 8.00 5.00 2.00 1.00 1.50 2.00	芋煮 (145kcal)	和牛もも さといも(冷) ごぼう まいたけ にんじん 白ねぎ 清酒(純米酒) 本みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 食塩 だしこんぶ 削り節	35.00 50.00 15.00 10.00 15.00 10.00 1.00 1.50 1.00 1.00 0.50 2.00			
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	吉野汁 (60kcal)	鶏肉もも 木綿豆腐 こまつな にんじん だいこん 食塩 うすくちしょうゆ だしこんぶ 削り節	15.00 20.00 20.00 10.00 20.00 0.40 4.00 0.60 2.30	(54kcal)	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 大阪しろなの 煮びたし	15.00 10.00 5.00 4.00 11.00 0.50 2.00 50.00 10.00	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	とうふのすまし汁 (49kcal)	絹ごし豆腐 鶏肉もも だいこん 干し椎茸 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	20.00 15.00 30.00 0.50 10.00 5.00 0.40 4.00 0.50 2.00	だいこんのみそ汁 (66kcal)	だいこん こまつな 薄揚げ にんじん 白みそ 赤みそ だしこんぶ 削り節	30.00 15.00 5.00 10.00 4.00 11.00 0.50 2.00			
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	のりのつくだ煮 (20kcal)	干し椎茸 焼きのり 上白糖 清酒(純米酒) 本みりん こいくちしょうゆ かつお昆布だし	0.50 2.50 0.50 1.00 3.00 3.20 15.00	(34kcal)	薄揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ かつお昆布だし ソフール	5.00 0.80 2.00 20.00 100.00	金時豆の甘煮 (49kcal)	金時豆 上白糖 食塩 こいくちしょうゆ	13.00 5.00 0.10 1.00	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	はくさいの 酢のもの (24kcal)	はくさい にんじん えのきたけ 上白糖 食塩 米酢	35.00 15.00 10.00 2.50 0.20 2.00			
エネルギー たんぱく質 脂質	705 kcal 32.7 g 24.7 g	エネルギー たんぱく質 脂質	635 kcal 29.7 g 17.5 g	エネルギー たんぱく質 脂質	728 kcal 37.5 g 17.8 g	エネルギー たんぱく質 脂質	721 kcal 25.7 g 29.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	637 kcal 34.3 g 15.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質	653 kcal 28.7 g 17.8 g									

1月28日(火)			1月29日(水)			1月30日(木)			1月31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
衣笠井 (427kcal) <b>鶏卵除去対応</b>	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	レーズンパン	レーズンパン	114.00
	鶏卵	50.00	かしの	鶏肉もも	45.00	みそ煮込み	干しうどん(乾)	30.00	鶏肉のバジル	鶏肉もも	70.00
	薄揚げ	10.00	すき焼き煮	清酒(純米酒)	1.30	うどん	豚もも	25.00	風味	白ワイン	2.00
	玉葱	40.00	(119kcal)	焼きふ(観世ふ)	3.00	(211kcal)	薄揚げ	5.00	(88kcal)	食塩	0.30
	葉ねぎ	5.00		木綿豆腐	30.00		玉葱	30.00		白こしょう	0.03
	食塩	0.10		はくさい	40.00		にんじん	10.00		オリーブ油	0.80
	うすくちしょうゆ	4.00		玉葱	20.00		しいたけ	8.00		バジル(粉)	0.05
	本みりん	2.00		しいたけ	5.00		葉ねぎ	5.00	豆乳クリーム	ショルダーベーコン	10.00
	清酒(純米酒)	3.00		白ねぎ	15.00		本みりん	1.00	スープ	とうもろこし缶(クリーム)	35.00
	削り節・こんぶだし	75.00		こめ油	0.50		上白糖	0.50	(101kcal)	玉葱	20.00
うすくず汁 (42kcal)	さといも(冷)	20.00	上白糖	1.50		赤みそ	10.00		にんじん	10.00	
	はくさい	25.00	本みりん	1.00		八丁味噌	5.00		はくさい	30.00	
	だいこん	15.00	食塩	0.10		削り節	2.00		コンソメ	1.20	
	にんじん	10.00	こいくちしょうゆ	5.00		だしこんぶ	0.50		食塩	0.20	
	食塩	0.50	うすあげとわかめ	薄揚げ	5.00	かぶの	かぶ	55.00		白こしょう	0.02
	うすくちしょうゆ	5.00	のすまし汁	玉葱	20.00	ゆず風味	にんじん	10.00		調製豆乳	50.00
	だしこんぶ	0.50	(44kcal)	カットわかめ	0.50	(22kcal)	上白糖	1.80		白みそ	2.00
	削り節	2.00		にんじん	10.00		食塩	0.20	カリフラワーの	カリフラワー	40.00
	かたくり粉	2.50		えのきたけ	10.00		米酢	1.00	サラダ	にんじん	10.00
	高野豆腐の	鶏肉ひき肉	15.00	食塩	0.40		うすくちしょうゆ	0.60	(30kcal)	上白糖	2.50
いり煮 (82kcal)	高野豆腐	8.00	うすくちしょうゆ	4.00		ゆず(果汁)	1.00		食塩	0.20	
	にんじん	10.00	だしこんぶ	0.50	ひじき入り	干ひじき	3.00		米酢	3.00	
	干ひじき	0.50	削り節	2.00	鶏そぼろ	鶏肉ひき肉	20.00		こめ油	0.30	
	こめ油	0.50	きんぴらごぼう	豚もも	15.00	(66kcal)	しそ葉	0.30			
	上白糖	1.30	(61kcal)	ごぼう	30.00		ごま(いり)	1.00			
	食塩	0.20		にんじん	15.00		上白糖 2.4 こめ油 0.3				
	うすくちしょうゆ	1.80		こめ油 0.7 上白糖 1.0			うすくちしょうゆ	3.00			
	かつお昆布だし	40.00		こいくちしょうゆ	2.00		本みりん	2.50			
				本みりん	1.00		清酒(純米酒)	1.20			
	エネルギー	677 kcal	エネルギー	642 kcal	エネルギー	717 kcal	エネルギー	700 kcal			
たんぱく質	31.1 g	たんぱく質	32.8 g	たんぱく質	30.6 g	たんぱく質	36.0 g				
脂質	23.1 g	脂質	17.3 g	脂質	17.6 g	脂質	21.5 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

### 1月14日(火) ミルメーク(ココア)

原材料	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ココアパウダー、ぶどう糖、食塩、香料 植物レシチン(大豆由来)、水
表示対象 アレルギー	大豆

### 1月15日(水) ぶどうゼリー

原材料	ぶどう果汁(6倍濃縮)、ポリデキストロース(食物繊維)、砂糖、果糖、 加工デンプン、増粘多糖類、酸味料、ビタミンC、香料、ピロリン酸鉄、水
表示対象 アレルギー	なし

### 1月22日(水) 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 アレルギー	乳・ゼラチン