

11月 学校給食予定献立表

大阪府立生野聴覚支援学校

日	献立名		赤の仲間 体をつくるもと	黄の仲間 エネルギーのもと	緑の仲間 体の調子を整える	調味料	エネルギー たんぱく質 脂質
4 火	タッカルビ丼		鶏肉モモ、いか、コ チジャン、みそ	金賞健康米、すりご ま、三温糖、ごま油、か たくり粉	にんにく、しょうが、キャベ ツ、たまねぎ、にんじん、ぶ なしめじ、生しいたけ、に ら、白ねぎ	酒、食塩、こしょう、こいくち しょうゆ	646
	わかめスープ		○ ソフト木綿、糸かま ぼこ、わかめ	ごま油	にんじん、もやし、青ねぎ	食塩、こしょう、うすくちしょ うゆ、鳥がらだし、水	28. 2
			11月8日(土)は「 ^が いい ^は 歯 ^ひ の日」です！ ^{まいにち} 毎日 ^{よく} しっかりと ^か 噛 ^か んで ^あ 食べ ^あ ましょう♪				21. 4
	かみかみ献立						
5 水	鶏ごぼうサンド		鶏ささみフレーク	★ライ麦パン、黒ご ま、エッグケアマヨ ネーズ、三温糖	ごぼう、キャベツ、にんじ ん、きゅうり	食塩、こしょう、米酢	559
	コーンスープ		○ ★牛乳	じゃがいも、かたくり 粉、なたね油	たまねぎ、にんじん、とうも ろこし(クリーム)、とうも ろこし、パセリ	食塩、こしょう、うすくちしょ うゆ、ワイン(白)、鳥がらだ し、水	23. 7
	プロセスチーズ		★型抜きチーズ				22. 3
6 木	ご飯			金賞健康米			585
	豚肉のごまみそいため		○ 豚肉、焼きちくわ、 油揚げ、白みそ	つきこんにゃく、ご ま、三温糖、ねりごま、 なたね油	ごぼう、にんじん、ぶなしめ じ、さやいんげん	うすくちしょうゆ、みりん、酒	23. 6
	すまし汁：とうふ		ソフト木綿		はくさい、にんじん、えのき たけ、青ねぎ	食塩、うすくちしょうゆ、みり ん、かつお昆布だし	17. 4
7 金	ご飯			金賞健康米			622
	鮭の塩焼き		○ さけ			酒、食塩	38. 3
	大根とわかめのあえもの		わかめ	三温糖	だいこん、きゅうり、にんじ ん、とうもろこし	米酢、うすくちしょうゆ、食塩	16. 1
	飛鳥汁	郷土料理 奈良県	鶏肉、ソフト木綿、 ★牛乳、みそ、白み そ		はくさい、にんじん、えのき たけ、ごぼう、小松菜	かつお昆布だし	
10 月	カレードリア		○ 牛ひき肉、豚ひき肉	金賞健康米、じゃがい も、オリーブ油、薄力 粉、パン粉	たまねぎ、にんじん、セロ リー、ぶなしめじ、グリーン ピース、しょうが、にんにく	サフラン、トマトピューレ、カ レー粉、食塩、こしょう、ウス ターソース、こいくちしょう ゆ、ワイン(赤)、トマトケ チャップ、鳥がらだし、水	752
	野菜スープ：ベーコン		ベーコン		たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、セロリー、パセリ	うすくちしょうゆ、食塩、こ しょう、ワイン(白)、鳥がらだ し、水	24. 1
							34. 4

※材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。
※表示しているエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)は小学部高学年の値です。幼稚部は0.6倍、小学部低学年0.7倍、中学部は1.2倍 となっ
ています。

日	献立名		赤の仲間 体をつくるもと	黄の仲間 エネルギーのもと	緑の仲間 体の調子を整える	調味料	エネルギー たんぱく 脂質
11 火	ご飯	○		金賞健康米			635
	豚じゃが		豚肉	じゃがいも、つきこんにやく、三温糖、なたね油	たまねぎ、にんじん、さやいんげん	みりん、酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつお昆布だし	26.6
	チンゲン菜のごまあえ		ツナ	ごま、三温糖	チンゲンツアイ、はくさい、にんじん、ぶなしめじ	こいくちしょうゆ	18.6
12 水	コッペパン	○		★コッペパン(70g)			685
	さわらのハーブ焼き		さわら	オリーブ油	バジル、にんにく、パセリ、レモン(果汁)	食塩、白ワイン、こしょう	33.0
	白菜のゆず香あえ		わかめ	三温糖	はくさい、にんじん、きゅうり、ゆず(果汁、生)	食塩、うすくちしょうゆ	28.2
	野菜スープ：コーン		ベーコン	なたね油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、とうもろこし、セロリー、パセリ	うすくちしょうゆ、食塩、こしょう、ワイン(白)、鳥がらだし、水	
13 木	ご飯	○		金賞健康米			627
	肉みそ豆腐		鶏ひき肉、木綿豆腐、赤みそ、みそ	三温糖、かたくり粉、なたね油	たまねぎ、チンゲンツアイ、たけのこ、にんじん、生しいたけ、グリーンピース、しょうが、にんにく	食塩、こしょう、酒、こいくちしょうゆ、トウバンジャン、鳥がらだし	28.3
	もやしのナムル			ごま、三温糖、ごま油	もやし、にら、にんじん、にんにく	米酢、うすくちしょうゆ、食塩、水	20.4
14 金	スープパゲッティー	○	ベーコン、あさり	スパゲッティ、★バター、オリーブ油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ぶなしめじ、エリンギ、マッシュルーム、パセリ、にんにく	ワイン(白)、食塩、こしょう、うすくちしょうゆ、みりん、鳥がらだし、水	691
	切干大根のサラダ		ツナ	ごま、三温糖	切干しだいこん、キャベツ、きゅうり、にんじん	食塩、米酢、こいくちしょうゆ	29.6
	ｽｸｰﾙﾖｰｸﾞﾙﾄﾊﾞﾆﾗ		★ｽｸｰﾙﾖｰｸﾞﾙﾄﾊﾞﾆﾗ				26.3
和食の日献立							
17 月	ご飯	○		金賞健康米			695
	さばのみそ煮		さば、みそ、赤みそ	三温糖	しょうが	酒、みりん、水	34.9
	青菜の磯部あえ		のりの佃煮	三温糖	ほうれんそう、キャベツ、こまつな	こいくちしょうゆ	24.3
	けんちん汁		ソフト木綿、焼きちくわ	さといも、つきこんにやく、ごま油	だいこん、にんじん、ごぼう、青ねぎ	酒、食塩、うすくちしょうゆ、かつお昆布だし	

日	献立名		赤の仲間 体をつくるもと	黄の仲間 エネルギーのもと	緑の仲間 体の調子を整える	調味料	エネルギー エネルギー 脂質
18 火	みそラーメン	○	豚肉, みそ, 赤みそ	中華めん, なたね油	はくさい, たまねぎ, にんじん, もやし, とうもろこし, 青ねぎ, にんにく, しょうが	こいくちしょうゆ, 食塩, 酒, こしょう, トウバンジャン, 鳥がらだし, 水	696
	揚げぎょうざ		ぎょうざ(冷凍)	米白絞油			32. 6
							25. 8
19 水	食パン	○		★食パン			734
	ミートローフ		牛ひき肉, 豚ひき肉, ★牛乳	パン粉, 三温糖	たまねぎ, にんじん, とうもろこし, グリンピース	酒, 食塩, こしょう, ナツメグ(粉), 濃厚ソース, ウスターソース, トマトケチャップ, トマトピューレ, ワイン(赤), 水	31. 3
	具たくさんコンソメスープ		ベーコン		たまねぎ, キャベツ, にんじん, セロリー, パセリ	うすくちしょうゆ, 食塩, こしょう, 白ワイン, 鳥がらだし, 水, 固形コンソメ	30. 0
20 木	ご飯	○		金賞健康米			634
	ブルコギ		牛肉, コチジャン	三温糖, ごま油, ごま, かたくり粉	にんにく, 白ねぎ, にんじん, たまねぎ, はくさい, にら	こいくちしょうゆ, みりん, 酒	25. 4
	中華風スープ（レタス）		ショルダーベーコン, わかめ	ごま油	たまねぎ, にんじん, レタス, もやし, しょうが	食塩, こしょう, うすくちしょうゆ, 酒, 鳥がらだし, 水	22. 9
21 金	ご飯	○		金賞健康米			643
	鶏肉と平天の煮物			鶏肉モモ, ひらてん	たまねぎ, にんじん, たけのこ, さやいんげん, 生しいたけ	酒, みりん, こいくちしょうゆ, かつお昆布だし	27. 8
	キャベツの梅こぶあえ		糸かまぼこ, わかめ, 塩昆布	ごま, 三温糖	キャベツ, きゅうり, にんじん, ねり梅	みりん	18. 2
25 火	ご飯	○		金賞健康米			593
	豚肉と野菜の細切り炒め		豚肉	三温糖, かたくり粉, なたね油	たまねぎ, にんじん, たけのこ, ピーマン, 赤ピーマン, 黄ピーマン, しょうが, にんにく	オイスターソース, こいくちしょうゆ, 食塩, こしょう, 酒	25. 6
	ひじきの中華風あえ		干ひじき, ロースハム	三温糖, ごま油	キャベツ, にんじん, とうもろこし, むきえだまめ	食塩, こしょう, こいくちしょうゆ	16. 6

※材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。
※表示しているエネルギー(kcal),たんぱく質(g),脂質(g)は小学部高学年の値です。幼稚園は0.6倍,小学部低学年0.7倍,中学部は1.2倍 となっています。

日	献立名		赤の仲間 体をつくるもと	黄の仲間 エネルギーのもと	緑の仲間 体の調子を整える	調味料	エネルギー エネルギー 脂質
26 水	きなこ揚げパン	○	★きな粉(大豆)	★コッペパン(70g), グラニュー糖, 米白絞油		食塩	696
	ミートボール		肉団子（冷凍）	かたくり粉		こいくちしょうゆ, トマトケチャップ, ウスターソース, カレー粉, 水	24. 0
	マカロニスープ		ベーコン	マカロニ	たまねぎ, にんじん, トマト缶, キャベツ, セロリー, パセリ	うすくちしょうゆ, 食塩, こしょう, ワイン(白), 鳥がらだし, 水	25. 5
27 木	さつまいものカレーライス	○	鶏肉	金賞健康米, 押麦, さつまいも, ★バター, 薄力粉, なたね油, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, ぶなしめじ, トマト, グリンピース, セロリー, しょうが, にんにく	カレー粉, トマトケチャップ, 食塩, こしょう, こいくちしょうゆ, ウスターソース, ワイン(赤), 鳥がらだし, 水	809
	ごぼうサラダ		ツナ	ごま, 三温糖	ごぼう, キャベツ, にんじん, きゅうり	米酢, うすくちしょうゆ	26. 4
	国産ぶどうゼリー			★国産ぶどうゼリー			21. 4
28 金	焼き鳥丼	○	鶏肉モモ(皮なし), きざみのり	金賞健康米, 三温糖, かたくり粉	白ねぎ	酒, こいくちしょうゆ, みりん, かつお昆布だし	592
	きのこのスープ		ベーコン		たまねぎ, にんじん, ぶなしめじ, 生しいたけ, エリンギ, セロリー, パセリ	食塩, こしょう, うすくちしょうゆ, ワイン(白), 鳥がらだし, 水	30. 9
							17. 4