

12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
1月	ご飯	○		金賞健康米			590
	肉団子の甘酢あん		肉団子（冷凍）	三温糖,なたね油,かたくり粉	たまねぎ,チンゲンツアイ,たけのこ,にんじん,ピーマン,生しいたけ,しょうが	食塩,こしょう,こいくちしょうゆ,酒,米酢,トマトケチャップ,水	20.6
	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	17.5
2火	ご飯	○		金賞健康米			609
	ぶりのみぞれがけ		ぶり	三温糖	しょうが,だいこん	酒,食塩,かつお昆布だし,うすくちしょうゆ,みりん	30.5
	野菜のいそあえ		きざみのり	三温糖	こまつな,キャベツ,にんじん	こいくちしょうゆ	22.5
	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	
3水	黒糖パン	○		★黒糖パン			733
	鶏肉のトマトソース煮		鶏肉モモ	じゃがいも,マカロニ,三温糖,オリーブ油	たまねぎ,にんじん,ぶなしめじ,グリーンピース,にんにく,トマト	ワイン(赤),うすくちしょうゆ,食塩,こしょう,鳥がらだし,水	26.5
	コールスローサラダ			三温糖,エッグケアマヨネーズ	キャベツ,きゅうり,にんじん,とうもろこし	米酢,食塩,こしょう	26.8
4木	肉うどん	○	牛肉,油揚げ	うどん,三温糖,なたね油	ごぼう,しょうが,はくさい,たまねぎ,にんじん,青ねぎ	酒,こいくちしょうゆ,食塩,みりん,うすくちしょうゆ,かつお昆布だし	540
	炒り白和え		木綿豆腐,焼きちくわ,みそ	つきこんにやく,三温糖,ごま油	にんじん,ほうれんそう,ぶなしめじ	酒,うすくちしょうゆ	25.4
							20.0
5金	みそチキンカツ丼	○	鶏むね肉,赤みそ	金賞健康米,薄力粉,パン粉,米白絞油,ごま,三温糖,ごま油	キャベツ,にんにく	酒,うすくちしょうゆ,食塩,こしょう,水,こいくちしょうゆ	724
	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	34.9
							20.3

※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 たんぱく質 脂質
8月	カレーピラフ	○	ウィンナー	金賞健康米,なたね油	たまねぎ,にんじん,とうもろこし,マッシュルーム,グリーンピース,しょうが	食塩,鳥がらだし,こしょう,ウスターソース,うすくちしょうゆ,カレー粉	593
	ミネストローネ		ベーコン	マカロニ,オリーブ油,三温糖	キャベツ,たまねぎ,にんじん,セロリー,パセリ,トマト	トマトピューレ,ワイン(赤),食塩,こしょう,うすくちしょうゆ,みりん,鳥がらだし,水	18.6
							21.8
9火	ご飯	○		金賞健康米			626
	じゃがいものそぼろ煮		鶏ひき肉	じゃがいも,三温糖,かたくり粉,なたね油	たまねぎ,にんじん,さやいんげん,しょうが	酒,みりん,うすくちしょうゆ,かつお昆布だし	24.1
	ひじきと小松菜のサラダ		干ひじき,糸かまぼこ,油揚げ	三温糖	こまつな,にんじん,とうもろこし	米酢,こいくちしょうゆ	15.7
10水	グラタンパン	○	ウィンナー,★牛乳,★パルメザンチーズ	★コッペパン(70g),じゃがいも,★バター,薄力粉,なたね油	たまねぎ,にんじん,ブロッコリー,マッシュルーム	食塩,こしょう	751
	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	24.7
	なめらかプリン					なめらかプリン	31.2
11木	ご飯	○		金賞健康米			653
	さわらのねぎみそ焼き		さわら,みそ,★生クリーム	三温糖	青ねぎ	酒,食塩,みりん	33.7
	れんこんのきんぴら		豚肉,焼きちくわ	つきこんにやく,ごま,三温糖,なたね油,ごま油	れんこん,にんじん,ピーマン	こいくちしょうゆ,みりん,酒	20.9
12金	すまし汁：千切り野菜	○	糸かまぼこ		だいこん,にんじん,えのきたけ,たけのこ,ごぼう,生しいたけ,みつば	食塩,うすくちしょうゆ,酒,みりん,かつお昆布だし	
	ご飯			金賞健康米			563
	チャプチェ		牛肉,コチジャン	はるさめ,ごま,三温糖,なたね油,ごま油	にんじん,たまねぎ,チンゲンツアイ,たけのこ,生しいたけ,しょうが,にんにく	食塩,こしょう,こいくちしょうゆ,酒	22.1
	にらと豆腐のスープ		ソフト木綿,糸かまぼこ		にら,にんじん,えのきたけ	うすくちしょうゆ,食塩,こしょう,鳥がらだし,水	14.8
	味付けのり		味付けのり				

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
15月	ご飯	○		金賞健康米			664
	豚肉のうま煮		豚ばら, みそ	こんにゃく, 三温糖	だいこん, にんじん, たけのこ, さやいんげん, 生しいたけ, しょうが	こいくちしょうゆ, 酒, だし昆布	24. 7
	わかめとツナのあえ物		ツナ, わかめ	三温糖	キャベツ, にんじん, きゅうり, とうもろこし	食塩, うすくちしょうゆ, 米酢	26. 8
16火	マーボー丼	○	木綿豆腐, 豚ひき肉, 赤みそ	金賞健康米, 三温糖, ごま油, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, 生しいたけ, たけのこ, 白ねぎ, 青ねぎ, しょうが, にんにく	こいくちしょうゆ, 食塩, こしょう, 酒, トウバンジャン, 水	676
	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	32. 1
							25. 0
17水	コッペパン	○		★コッペパン (70g)			845
	鮭フライ    タルタルソース風添え		さけ	薄力粉, パン粉, 米白絞油, エッグケアマヨネーズ	たまねぎ, きゅうり, にんじん	酒, 食塩, こしょう, 水	37. 0
	冬野菜のポトフ		ベーコン	さといも, なたね油	たまねぎ, かぶ, にんじん, チンゲンツァイ, セロリー	食塩, こしょう, うすくちしょうゆ, ワイン (白) , 鳥がらだし, 水	38. 4
18木	鶏肉の白みそパゲッティ	○	鶏肉, 白みそ, みそ, ★牛乳, ★生クリーム	スパゲッティ, ★バター, かたくり粉, なたね油	はくさい, たまねぎ, にんじん, ぶなしめじ, 生しいたけ, むきえだまめ	食塩, こしょう, ワイン (白) , 鳥がらだし, 水	627
	だいこんサラダ：ハム		ロースハム	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	30. 7
							19. 4
19金	ご飯	○		金賞健康米			641
	鶏肉の甘酢炒め		鶏肉モモ	三温糖, かたくり粉, なたね油	たまねぎ, キャベツ, にんじん, ピーマン, たけのこ, パインアップル, 生しいたけ, グリンピース, しょうが	食塩, こしょう, 米酢, みりん, こいくちしょうゆ, トマトケチャップ	25. 8
	白菜そぼろスープ		鶏ひき肉	なたね油	はくさい, にんじん, 生しいたけ, しょうが	酒, 食塩, こしょう, うすくちしょうゆ, 鳥がらだし, 水	21. 9

※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
冬至献立							
22 月	飲むヨーグルト（アシドミルク）	○	★ヨーグルト（ドリンクタイプ）				652
	とうじの幸運カレー		豚ひき肉、鶏ひき肉	金賞健康米、押麦、カレーの素、なたね油	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、れんこん、さやいんげん、セロリー、しょうが、にんにく	食塩、ワイン（赤）、鳥がらだし、水	22.4
	ゆずサラダ		あさり	三温糖、オリーブ油	キャベツ、にんじん、とうもろこし（冷凍）、きゅうり、ゆず（果汁、生）	米酢、うすくちしょうゆ、食塩、こしょう	11.5
クリスマス献立							
23 火	コッペパン	○		★コッペパン（70g）			774
	ローストチキン		鶏肉モモ	三温糖		みりん、酒、食塩、こしょう、こいくちしょうゆ、ワイン（赤）	32.0
	ブロッコリーのサラダ			三温糖、なたね油	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、とうもろこし	食塩、こしょう、米酢、うすくちしょうゆ	33.7
	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	
	クリスマスカップデザート					クリスマスカップデザート	