

# 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	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	8月	カレーピラフ	○	ワインナー	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, グリンピース, しょうが	食塩, 鳥がらだし, こしょく, ウスターーソース, うすくちしょうゆ, カレー粉	593
	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, こいくちしようゆ, 酒, 米酢, トマトケチャップ, 水		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, バセリ, 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	
	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, うすくちしようゆ, 酒, 鳥がらだし, 水								18.6
2火	ご飯	○	金賞健康米			609	9火	ご飯	○	金賞健康米				21.8
	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, うすくちしようゆ, みりん		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, うすくちしようゆ, かつお昆布だし	
	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	こいくちしようゆ		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, こいくちしようゆ	15.7
	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, うすくちしようゆ, みりん, かつお昆布だし								24.1
3水	黒糖パン	○	★黒糖パン			733	10水	グラタンパン	○	★コッペパン(70g), ジャガイモ, ★牛乳, ★パルメザンチーズ	ジャガイモ, ブロッコリー, マッシュルーム, 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
	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, グリンピース, にんにく, トマト	ワイン(赤), うすくちしようゆ, 食塩, こしょう, 鳥がらだし, 水		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, バセリ	うすくちしようゆ, 食塩, こしょう, ワイン(白), 鳥がらだし, 水	
	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		なめらかプリン					なめらかプリン	31.2
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, こいくちしようゆ, 食塩, みりん, うすくちしようゆ, かつお昆布だし	11木	ご飯	○	金賞健康米				653
	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, うすくちしようゆ		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	
								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	こいくちしようゆ, みりん, 酒	
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, うすくちしようゆ, 食塩, こしょう, 水, こいくちしようゆ		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, たけのこ, ごぼう, 生しいたけ, みづば	食塩, うすくちしようゆ, 酒, みりん, かつお昆布だし	22.1
	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, うすくちしようゆ, かつお昆布だし								
														14.8

※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	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		
15 月	ご飯	○		金賞健康米			664 24.7 26.8	冬至献立	★ヨーグルト(ドリンク タイプ)	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	652 22.4 11.5			
	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									
	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									
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 32.1 25.0	クリスマス献立	★コッペパン(70g)	みりん, 酒, 食塩, こしょう, こいくちしょうゆ, ワイン (赤)	食塩, こしょう, 米酢, うす くちしょうゆ	774 32.0 33.7			
	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									
17 水	コッペパン	○		★コッペパン(70g)			845 37.0 38.4	23 火	ローストチキン	鶏肉モモ	三温糖	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	うすくちしょうゆ, 食塩, こ しょう, ワイン(白), 鳥が らだし, 水	
	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									
	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, チンゲンツイ, セロリー	食塩, こしょう, うすくちよ うゆ, ワイン(白), 鳥がらだ し, 水									
18 木	鶏肉の白みそバゲッテ	○	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 30.7 19.4	クリスマスカップデザート	ペーコン	たまねぎ, キャベツ, にん じん, セロリー, バセリ	クリスマスカップデザート	クリスマスカップデザート	クリスマスカップデザート	クリスマスカップデザート	
	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									
19 金	ご飯	○		金賞健康米			641 25.8 21.9	白菜そぼろスープ	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, バ 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	21.9	21.9	21.9
	鶏肉の甘酢炒め														
	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									

※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。