

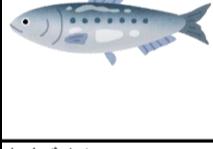


令和7年

# 1 2月給食予定献立表(後半)

大阪府立泉南支援学校



			あか	き	みどり
11日(木)	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 1ぽん	○		
	みそかつ丼 	せいはくまい 95g とんかつ 2g あぶら 9g はつちょうみそ 9.3g あかみそ 4.5g りょうりしゅ 5.6g みりん 6.75g さとう 6.75g かつおこんぶだし 0.75g しろごま 2.5g みず 9g	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○		
	ちゃんぽん風 やさいいいた 野菜炒め 	サラダあぶら 0.5g きざみさつまあげ 9.3g コーン 5.76g スライスきくらげ 1g キャベツ 40g たまねぎ 40g にんじん 20g もやし 30g むきえだまめ 6.98g むしほうれんそう 6.98g ちゅうかあじ 1g チャンポンスープのもと 10.52g かたくりこ 2.33g	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○		
	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 1ぽん	○		
12日(金)	ごはん	せいはくまい 95g	○		
	いわしうめに 鰯の梅煮 	いわしうめに 1きれ	○		
	ちくぜんに 筑前煮 	とりにく 15g サラダあぶら 1g こんにゃく 14.25g ささがきごぼう 14.25g にんじん 10g れんこんイチヨウ 11.87g こいくちしょうゆ 3.5g さとう 0.5g みりん 1g かつおこんぶだし 0.3g みず 2g	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○		
	すまし汁 	むしほうれんそう 9.5g はくさい 30g きざみあげ 7.12g だいこん 30g ほししいたけ 1.17g うすくちしょうゆ 6g みりん 2g かつおだし 1.9g かつおこんぶだし 1g しお 0.2g みず 160g	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○		

※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。また、材料の重量は目安です。

※エネルギー・たんぱく質・脂質量は牛乳を含みます。牛乳(200ml)のエネルギー138kcal、たんぱく質6.8g、脂質7.8g

\*栄養価は中学部、高等部のものを記載しています。小学部1~3年生は記載の約70%、4~6年生は約80%です。

			あか	き	みどり			あか	き	みどり
18日(木)	牛乳	ぎゅうにゅう 1ぽん	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	22日(月)	エネルギー 672kcal たんぱく質 27.7g 脂質 14.8g	ジョア ごはん ぶり 鯵の塩麹焼き きりぼしだいこん にもの 切干大根の煮物 みそしる 味噌汁	ジョアブルーベリー 1ぽん せいはくまい 95g ぶり しおこうじ 1きれ 10.59g 塩麹 きりぼしだいこん 7.06g にんじん 10g きざみあげ 4.75g こいくちしょうゆ 3.5g みりん 2g さとう 1g かつおこんぶだし 0.3g ごまあぶら 1.5g みず 10g	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
	パン	チーズパン 1こ								
	にくだんご 肉団子の に クリーム煮	ポークチキンミートボール 60.8g サラダあぶら 1g にんじん 30g たまねぎ 50g むしはくさい 23.37g かぼちゃ 30g むしほうれんそう 11.68g しろワイン 4.29g とうにゅう 11.68g シチューフレーク 11.68g しお 0.2g みず 70g								
	や やさい 焼き野菜	あげナス 39.7g れんこんいちょう 11.68g ブロッコリー 14.02g コーン 8.41g オリーブオイル 1.17g こいくちしょうゆ 2g おろしにんにく 0.5g しお 0.3g パセリフレーク 0.05g								
	牛乳	ぎゅうにゅう 1ぽん								
	ガーリックライス	せいはくまい 80g コンソメ(むぎ・にゅうなし) 2.8g むえんせきベーコン 7.04g にんにく 1g あかピーマンスライス 9.39g コーン 8.45g きざみいんげん 9.39g フライドオニオン 3.3g こいくちしょうゆ 2g サラダあぶら 1g しお 0.3g しろコショウ 0.09g				23日(火)	エネルギー 799kcal たんぱく質 31.3g 脂質 22.1g	ぎゅうにゅう 1ぽん ハヤシライス まめ 豆サラダ	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
	フライドチキン	とりにく 2こ おろししょうが 2g おろしにんにく 2g しお 0.8g しろコショウ 0.8g さとう 0.67g しろワイン 4.33g コンソメ(むぎ・にゅうなし) 1g コーンスターク 18.78g パセリフレーク 0.2g あぶら 9g								
	コンソメスープ	サラダあぶら 1g だいこん 30g たまねぎ 40g にんじん 20g スライスにんじん 0.34g ブロッコリー 9.39g コンソメ(むぎ・にゅうなし) 2g とりがらかん 2.4g しお 0.2g みず 150g								
	デザート	おこめdeクリスマスいちごケーキ 1こ								
	こめ お米deクリスマスいちごケーキ	小麦、卵、乳を使用せず、お米と大豆をベースにした、いちごケーキです。食物アレルギー対応のこどもにも配慮し、できるだけみんなが食べられるように工夫しています。								

### 12/19 (金) クリスマス献立

- ・ぎゅうにゅう
- ・ガーリックライス
- ・フライドチキン
- ・コンソメスープ
- ・お米deクリスマスいちごケーキ



※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。また、材料の重量は目安です。  
※エネルギー・たんぱく質・脂質量は牛乳を含みます。牛乳(200ml)のエネルギー138kcal、たんぱく質6.8g、脂質7.8gです。  
※栄養価は中学部、高等部のものを記載しています。小学部1~3年生は記載の約70%、4~6年生は約80%です。