



令和6年

4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				あか	き	みどり	
25日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぼん	○			30日(火)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぼん	○			
	ごはん	せいはいくまい 95g		○			キーマカレー	せいはいくまい 100g とりひきにく 80g さけ 4.8g おろしにんにく 1.5g おろししょうが 1.5g あぶら 1g たまねぎ 40g にんじん 40g ピーマンスライス 20.5g むきえだまめ 9.7g こめこのカレールー 2.4g カレーこ 0.7g とりがらん 1.2g さとう 3g トマトピューレ 19.4g かぼちゃピューレ 12g スイートコーン 7.2g ポテトベース 14.5g こいくちしょうゆ 3g コンソメ 1g コーンスターチ 2.4g	○	○		
	鶏の唐揚げ	とりにく 2こ おろししょうが 1.3g おろしにんにく 1.3g しお 0.8g しろこしょう 0.05g さとう 0.67g さけ 1.3g ちゅうかあじ 1g こむぎこ 10.67g かたくりこ 10.67g あぶら 9g	○		○		エネルギー 755kcal たんぱく質 34.4g 脂質 16.9g					
	味噌汁	たまねぎ 20g かぼちゃ 25g にんじん 15g キャベツ 20g カットあおねぎ 7.4g しろみそ 18g しろだし 4g かつおこんぶだし 0.5g		○				コールスロー	キャベツ 40g たまねぎ 15g にんじん 12g コーン 5.8g レモンかじゅう 1.45g しお 0.4g あぶら 1g さとう 3g す 3g			
26日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぼん	○				パン	こくとろパン 1こ		○		
	ポトフ	ウィンナー 40g あぶら 1g しろワイン 4.5g にんじん 30g だいこん 60g たまねぎ 40g ブロッコリー 13g とりがらん 2.5g コンソメ 1g しお 0.3g		○								
	ポテトサラダ	ロースハム 7.5g たまねぎ 12g ポテトベース 14.5g じゃがいも 35g コーン 6g さとう 1g しお 0.3g しろこしょう 0.05g マヨネーズたまごふしよ 6.1g	○									

学校給食の7つの目標 《学校給食法第2条》

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

※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。

泉南支援学校の給食ってどんなの？

ご入学・ご進学おめでとうございます。

泉南支援学校では、学校独自で献立を立て、発注、調理を行っています。

衛生面を最優先に考え、安全でおいしい給食の提供に努めています。

直接食べる未開封の食品を除き、使用する食材は全て加熱（75℃1分）しており、生もの、生野菜などの提供はありません。

◆栄養◆

学校給食は、文部科学省より定められている摂取基準に沿って献立を立てています。

	小学部(1~3年)	小学部(4~6年)	中学部・高等部
エネルギー	580kcal	680kcal	830kcal
たんぱく質	22g	25g	28g
脂質	エネルギーの30%		



※学校給食では1日に必要な栄養の1/3を摂れるようにしています。

◆内容◆

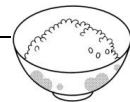
①牛乳

1本200ccです。成長期の児童・生徒に必要なカルシウム・ビタミン・たんぱく質を補うため、毎日ついています。お楽しみメニューとして牛乳の代わりに飲むヨーグルトなどを提供することもあります。



②主食…ごはん・パン・麺類

給食のお米は、現時点では鳥取県産の「きぬむすめ」という銘柄の精白米を使用しています。お米は一年ごとに契約を更新しており、その時の状況次第で品種が変更になる場合もあります。白いごはん以外にも、炊き込みごはん、混ぜごはん、ピラフ、丼などの時もあります。パンは、成長期の児童・生徒のために栄養のバランスを考えて、原材料を配合しています。種類はコッパン・食パン・チーズパン・ハニーパンズといろいろな種類があります。スパゲッティやうどん、ラーメンなど、麺の日もあります。



③副食(おかず)

調理方法を工夫し、和食・洋食・中華など変化をつけ、児童・生徒たちの嗜好の偏りをなくすよう配慮しています。すべて加熱調理が基本となります。行事献立や旬の食材を取り入れた献立を立てています。



☆献立表の見方☆

ひにち(曜日)

献立名

エネルギー・たんぱく質・脂質量
 中学部・高等部の量を表示しています。小学部の高学年はこれの約80%、低学年は70%になります。

				あか	き	みどり
12日(火)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○		
	カレーライス	はいがまい	100g		○	
		ぎゅうにく	50g	○		
		じゃがいも	75g		○	
		たまねぎ	60g			
		にんじん	30g			
		にんにく	0.7g			○
		りんごピューレ	5g			○
		あぶら	0.5g		○	
		ポーンストック	1.5g			
		ケチャップ	1.5g			
		ウスターソース	2.3g			
		こいくちしょうゆ	1.5g			
		カレールー	17g			
		しお	0.3g			
		こしょう	0.02g			
		みず	125g			
	つけもの	ふくじんづけ	1ふくろ			
	きゅうりとコーンの	きゅうり	40g			○
	サラダ	コーン	13g			○
		さとう	0.8g		○	
		す	0.8g			
		しお	0.25g			
		うすくちしょうゆ	0.4g			
		あぶら	0.4g		○	

使用食材
 使用している食材とその量を「g」や「個数」で表示しています。中学部・高等部の量です。小学部の高学年は約80%、低学年は約70%になります。

三色食品群
 使用している食材をその働きによって、あか・き・みどりに分類しています。