



令和6年

4月給食予定献立表(前半)

大阪府立泉南支援学校




				あか	き	みどり					あか	き	みどり		
10日(水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			15日(月)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○				
	ポークカレー	せいはいくまい ぶたにく さけ おろしにんにく おろししょうが あぶら たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース こめこのカレールー カレーこ さとう ポテトベース かぼちゃピューレ スイートコーン こいくちしょうゆ とりがらん コンソメ コーンスターチ	100g 60g 5g 1g 1g 1g 40g 30g 30g 5g 9.8g 0.3g 3g 14.6g 12.2g 22g 3g 2.5g 0.5g 4.8g	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	
								エネルギー 808kcal	ごはん	せいはいくまい	95g		○		
	たんぱく質 30.1g							たんぱく質 38.2g	鶏の照り焼き	とりにく しお しろこしょう さけ いためたまねぎ さけ みりん こいくちしょうゆ さとう かたくりこ しろごま	2こ 0.4g 0.05g 4.7g 7.3g 7.5g 7.5g 3g 3.5g 0.83g 0.5g	○		○	○
	脂質 18.8g							脂質 28.5g	味噌汁	だいこん きざみあげ きざみほうれんそう はくさい カットあおねぎ あかみそ かつおだし	20g 12.1g 9.7g 30g 7.3g 18g 1.9g	○	○	○	○
デザート	おめでとうデザート	1こ									○	○	○		
11日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			16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		○			ナポリタン	スパゲッティ しお ウィンナーライス あぶら おろしにんにく たまねぎ にんじん ピーマンライス トマトケチャップ トマトかん トマトジュース さとう とんかつソース コンソメ	68g 0.1g 41.2g 2g 1g 60g 30g 22g 26.6g 24.2g 48.4g 5g 5g 1g	○	○	○	○	
	ハンバーグ	ポーク・チキンハンバーグ いためたまねぎ マッシュルーム とんかつソース トマトピューレ ウスターソース さとう	2こ 17g 8.3g 6.5g 5g 3g 2.8g	○	○	○		エネルギー 708kcal	焼き春巻	やはるまき	2こ		○	○	
	味噌汁	もやし にんじん こまつなカット キャベツ あかみそ かつおだし かつおこんぶだし	30g 20g 9.8g 30g 15g 1.8g 0.5g		○	○		たんぱく質 26.5g					○	○	
脂質 28.2g						脂質 24.2g									
12日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			17日(水)	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		○			パン	コッペパン	1こ		○			
	白身魚フライ	しろみざかなフライ あぶら とんかつソース ウスターソース	2こ 10g 10g 4g	○	○			肉団子の デミグラス煮込み	ポーク・チキンミートボール あぶら おろしにんにく たまねぎ じゃがいも にんじん デミグラスソース ウスターソース とんかつソース さとう コンソメ	63.4g 1g 2g 70g 45g 35g 51.2g 2g 5g 2g 1g	○	○	○		
	味噌汁	たまねぎ かぼちゃ じゃがいも はだいこん しろみそ しろだし かつおこんぶだし	20g 25g 25g 17g 17g 4g 0.5g		○	○		エネルギー 884kcal	かぼちゃサラダ	かぼちゃ かぼちゃピューレ だいたみず ほしひじき ほしぶどう ロースハム しお さとう マヨネーズたまごふしよ	26g 12.2g 9.7g 1g 6.1g 5g 0.3g 3g 5.4g	○	○	○	○
たんぱく質 27.4g						たんぱく質 30.2g									
脂質 23.6g						脂質 32.5g									

※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。

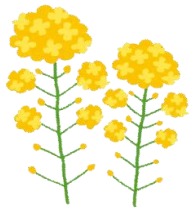
				あか	き	みどり					あか	き	みどり			
18日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			23日(火)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○					
	ごはん 	せいはいくまい ふりかけやさい	95g 1こ		○			ごはん 	せいはいくまい ふりかけのりかつお	95g 1こ		○				
	ぶた 豚じゃが  	ぶたにく さけ あぶら にんじん じゃがいも いとこんにやく たまねぎ むきえだまめ こいくちしょうゆ みりん さとう かつおこんぶだし	50g 9.2g 1g 30g 50g 31.7g 60g 9.7g 8g 2g 4g 1g	○		○		○	○	○	○	○	○	○	○	
エネルギー 715kcal たんぱく質 27.8g 脂質 17.0g	ひじきのサラダ 	たまねぎ コーン ほしひじき きりぼしだいこん す さとう うすくちしょうゆ しお あぶら	30g 11.7g 2.45g 1.95g 4.6g 3.5g 1.4g 0.2g 1g	○		○	○	○	○	○	○	○	○			
19日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			24日(水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○					
	ぎゅうどん 牛丼  	せいはいくまい ぎゅうにく さけ あぶら おろししょうが おろしにんにく いとこんにやく たまねぎ あつあげ さとう みりん こいくちしょうゆ かつおこんぶだし しろごま	100g 50g 14g 1g 1.5g 1.5g 34g 90g 43.7g 3g 5g 7g 1g 2g	○		○		○	○	○	○	○	○			
	エネルギー 812kcal たんぱく質 32.0g 脂質 28.5g	キャベツの ごま酢和え  	キャベツ もやし ちくわスライス ごまあぶら しろごま こいくちしょうゆ す みりん さとう	30g 30g 12.1g 2g 2g 3.2g 2.1g 2.1g 1.6g	○			○	○	○	○	○	○	○		
22日(月)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			24日(水)	ぶたどん 豚丼 	せいはいくまい ぶたにく さけ しお あぶら おろししょうが おろしにんにく たまねぎ もやし きざみあげ きりぼしだいこん はだいこん さとう みりん こいくちしょうゆ かつおこんぶだし しろごま ごまあぶら かたくりこ	100g 80g 9.5g 0.3g 1g 1.5g 1.5g 60g 30g 19.5g 4.9g 12.2g 6g 2g 11g 1g 2g 1g 1.5g	○		○	○	○	○
	エネルギー 904kcal たんぱく質 35.5g 脂質 36.0g	テリーヤキバーガー 	バターロール ポーク・チキンハンバーグ さけ みりん こいくちしょうゆ さとう かたくりこ	2こ 2こ 10g 15g 5g 5g 1.2g	○			○	○	○	○	○	○	○		
	コンソメスープ 	ベーコン あぶら たまねぎ キャベツ にんじん とりがらかん コンソメ	5g 1g 35g 30g 20g 2.4g 2g	○		○		○	○	○	○	○	○	○	○	
デザート 	げんきヨーグルト	1こ	○			はくさい 白菜の浅漬け 	はくさい にんじん うすくちしょうゆ みりん おろししょうが かつおぶし かつおこんぶだし	70g 10g 2g 1.5g 0.5g 0.56g 0.3g	○		○	○	○	○		

4/10 (水) 入学お祝いメニュー
「おめでとうデザート」

とうにゅう
豆乳のプリンにイチゴゼリーが
トッピングされたデザートです。



※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。



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		○	
	とりからあげ 鶏の唐揚げ	とりにく おろししょうが おろしにんにく しお しろこしょう さとう さけ ちゅうかあじ こむぎこ かたくりこ あぶら	2こ 1.3g 1.3g 0.8g 0.05g 0.67g 1.3g 1g 10.67g 10.67g 9g	○		○		エネルギー 755kcal	とりひきにく さけ おろしにんにく おろししょうが あぶら たまねぎ にんじん ピーマンスライス むきえだまめ こめこのカレールー カレーこ とりがらかん さとう トマトピューレ かぼちゃピューレ スイートコーン ポテトベース こいくちしょうゆ コンソメ コーンスターチ	80g 4.8g 1.5g 1.5g 1g 40g 40g 20.5g 9.7g 2.4g 0.7g 1.2g 3g 19.4g 12g 7.2g 14.5g 3g 1g 2.4g		○	○
みそしる 味噌汁	たまねぎ かぼちゃ にんじん キャベツ カットあおねぎ しろみそ しろだし かつおこんぶだし	20g 25g 15g 20g 7.4g 18g 4g 0.5g	○		○	たんぱく質 34.4g	コールスロー	キャベツ たまねぎ にんじん コーン レモンかじゅう しお あぶら さとう す	40g 15g 12g 5.8g 1.45g 0.4g 1g 3g 3g		○	○	
エネルギー 919kcal	たんぱく質 37.3g	脂質 34.7g				脂質 16.9g	エネルギー 773kcal	たんぱく質 25.6g	脂質 32.5g				
26日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○									
	パン	こくとうパン	1こ		○								
	ポトフ	ウィンナー あぶら しろワイン にんじん だいこん たまねぎ ブロッコリー とりがらかん コンソメ しお	40g 1g 4.5g 30g 60g 40g 13g 2.5g 1g 0.3g	○		○							
	ポテトサラダ	ロースハム たまねぎ ポテトベース じゃがいも コーン さとう しお しろこしょう マヨネーズたまごふしよ	7.5g 12g 14.5g 35g 6g 1g 0.3g 0.05g 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。

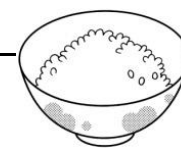
お米は一年ごとに契約を更新しており、その時の状況次第で品種が変更になる場合もあります。

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。

種類はコッペパン・食パン・チーズパン・ハニーバンズといろいろな種類があります。

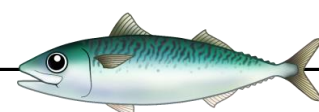
スパゲッティやうどん、ラーメンなど、麺の日もあります。



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)

こんだてめい
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。

12日(火)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	あか	き	みどり
	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			
		カレールウ	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ふくら			
	きゅうりとコーンの サラダ	きゅうり	40g			○
		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。