



令和8年


6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				
2日(火)	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			4日(木)	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○						
	チキンカレー	せいはいくまい とりにく りょうりしゅ おろしにんにく おろししょうが サラダあぶら たまねぎ にんじん さつまいも こめこカレールー さとう とうにゅう パンプキンピューレ シチューフレーク こいくちしょうゆ とりがらん コンソメ(こむぎ・にゅうなし) コーンスターチ みず	95g 60g 4.34g 1g 1g 1g 50g 40g 24.89g 9.05g 3g 11.31g 11.31g 4.52g 3g 2.26g 1g 2.26g 100g	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○			
	ピクルスサラダ	だいこん きゅうり にんじん あかピーマン ホールコーン す さとう しお コンソメ(こむぎ・にゅうなし) うすくちしょうゆ サラダあぶら みず	25g 20g 10g 13.58g 2.72g 2g 1g 0.2g 0.5g 0.5g 2g 2.5g														
3日(水)	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			5日(金)	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○						
	ごはん	せいはいくまい	95g	○	○			こくとう 黒糖パン	こくとうパン	1こ	○	○					
	ぶたにく だいこん にももの 豚肉と大根の煮物	ぶたにく りょうりしゅ じゃがいも いたこんにやく だいこん にんじん カットいんげん カットしめじ さとう しお うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ かつおこんぶだし みず	40g 0.9g 50g 29.42g 50g 30g 6.79g 13.57g 1.5g 0.3g 5.2g 3g 0.8g 39g	○	○	○		○	だいず 大豆のチリコンカン	だいずみずに カットいんげん ぶたひきにく たまねぎ にんじん おろしにんにく サラダあぶら トマトピューレ トマトケチャップ トマトかん こいくちしょうゆ さとう コンソメ(こむぎ・にゅうなし) チリパウダー しお みず	50.15g 10.56g 41.28g 65g 30g 0.3g 1g 10.56g 5.28g 29.03g 5.2g 3.9g 1g 0.07g 0.3g 45g	○	○	○	○	○	○
	はくさい あ もの 白菜の和え物	こまつなカット むしはくさい あかピーマン ごまあぶら しろごま こいくちしょうゆ みりん かつおこんぶだし みず	29.42g 36.21g 9g 1g 1g 3g 1g 0.3g 1.5g						や やさい 焼き野菜	むしじゃがいも れんこん ピーマンスライス サラダあぶら こいくちしょうゆ おろしにんにく しお パセリ ちゅうかあじ	34.31g 23.74g 13.2g 3g 2g 1g 0.3g 0.05g 0.5g						
4日(木)	ごはん	せいはいくまい	95g	○	○		5日(金)	ジョア	ジョアストロベリー	1ぼん	○	○					
	ぶたにく だいこん にももの 豚肉と大根の煮物	ぶたにく りょうりしゅ じゃがいも いたこんにやく だいこん にんじん カットいんげん カットしめじ さとう しお うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ かつおこんぶだし みず	40g 0.9g 50g 29.42g 50g 30g 6.79g 13.57g 1.5g 0.3g 5.2g 3g 0.8g 39g	○	○	○	○	ごはん	せいはいくまい	95g	○	○					
	はくさい あ もの 白菜の和え物	こまつなカット むしはくさい あかピーマン ごまあぶら しろごま こいくちしょうゆ みりん かつおこんぶだし みず	29.42g 36.21g 9g 1g 1g 3g 1g 0.3g 1.5g					チキン南蛮	とりにく おろししょうが おろしにんにく しお こしょう さとう りょうりしゅ ちゅうかあじ かたくりこ あぶら さとう す こいくちしょうゆ みりん レモンかじゅう たまねぎ みず タルタルソース	2こ 1.5g 1.5g 0.5g 0.05g 0.75g 1.5g 0.8g 18.86g 10g 3.75g 2.5g 6g 12g 1.62g 15g 10g 1ふくろ	○	○	○	○			
5日(金)	ツナわかめそぼろ	ツナフレーク カットわかめ しろごま りょうりしゅ さとう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みず	20.37g 0.7g 2.8g 0.7g 0.6g 2.1g 1.4g 1g	○	○	○	みそ汁	もやし こまつなカット むしキャベツ にんじん あかみそ しろみそ かつおだし かつおこんぶだし みず	30g 9.05g 20.37g 20g 12g 3g 2.2g 1g 145g	○	○	○	○				

給食試食会
 6/12(金) 12:00~
 場所：会議室
 ※PTAオール実行委員会後に行います。



* 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。4月にお配りする献立表を必ずご覧ください。
 * エネルギー・たんぱく質・脂質量は牛乳を含みます。牛乳(200ml)はエネルギー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8年 6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				あ	か	き	み	ど	
16日(火)	牛乳	ぎゅうにゅう	1	ぼん	○											
	コッペパン	コッペパン	1	こ		○										
	ジャム	いちごジャム	1	ふくろ			○									
	鮭とベーコンの	さけほぐし	19.19g			○										
	クリームシチュー	ベーコン	19.19g			○										
	エネルギー 806kcal たんぱく質 28.7g 脂質 28.3g		クリームシチュー	サラダあぶら	1g			○								
			にんじん	30g				○								
			たまねぎ	50g				○								
			だいこん	40g				○								
			むしはくさい	23.99g				○								
むしほうれんそう			9.59g				○									
しろワイン			4.32g				○									
とりがらかん			2.4g				○									
シチューフレーク			14.39g				○									
しお			0.2g				○									
とうにゅう	21.59g				○											
みず	60g				○											
ひじきと玉ねぎの	たまねぎ	40g				○										
エネルギー 837kcal たんぱく質 26.3g 脂質 21.5g		ホールコーン	11.51g				○									
		ひじき	1.29g				○									
		きりぼしだいこん	2.4g				○									
		す	4.6g				○									
		さとう	3.5g				○									
		うすくちしょうゆ	1.4g				○									
		しお	0.2g				○									
		サラダあぶら	1g				○									
		17日(水)	牛乳	ぎゅうにゅう	1	ぼん	○									
		エネルギー 837kcal たんぱく質 26.3g 脂質 21.5g		炊き込みご飯	せいはいくまい	85g			○							
つきこんにやく	9.69g						○									
ほししいたけ	1g						○									
とりにく	15g						○									
にんじん	20g						○									
うすあげ	4.84g						○									
みりん	4g						○									
うすくちしょうゆ	10g						○									
しお	0.4g						○									
りょうりしゆ	0.7g						○									
肉団子の煮物	ポークチキンミートボール	62.97g				○										
エネルギー 647kcal たんぱく質 25.8g 脂質 14.0g		サラダあぶら	1g				○									
		だいこん	60g				○									
		にんじん	30g				○									
		むしさといも	29.06g				○									
		れんこん	29.06g				○									
		しいたけスライス	2.42g				○									
		いんげんカット	9.69g				○									
		こいくちしょうゆ	10g				○									
		さとう	5g				○									
		みりん	7g				○									
かつおだし	1.3g				○											
みず	50g				○											
さつまいもの	さつまいも	65.39g				○										
エネルギー 768kcal たんぱく質 30.2g 脂質 23.9g		あまみつけ	さとう	4.5g			○									
		しお	0.15g				○									
		こいくちしょうゆ	0.15g				○									
		みず	3g				○									
		18日(木)	牛乳	ぎゅうにゅう	1	ぼん	○									
		エネルギー 768kcal たんぱく質 30.2g 脂質 23.9g		ハヤシライス	せいはいくまい	95g			○							
				ぶたにく	60g				○							
				りょうりしゆ	4.96g				○							
				おろしにんにく	1g				○							
				サラダあぶら	1g				○							
たまねぎ	80g						○									
マッシュルーム	18.03g						○									
さとう	1.9g						○									
トマトジュース	14.53g						○									
デミグラスソース	53.28g						○									
コンソメ(こむぎ・にゅうなし)	1g				○											
ウスターソース	6g				○											
はくりきこ	4.84g				○											
しお	0.5g				○											
みず	40g				○											
チョップドサラダ	だいこん	20g				○										
エネルギー 634kcal たんぱく質 36.1g 脂質 18.9g		にんじん	10g				○									
		キャベツ	20g				○									
		むきえだまめ	7.27g				○									
		あかピーマンスライス	7.27g				○									
		ホールコーン	5.81g				○									
		サラダあぶら	3g				○									
		しお	0.4g				○									
		す	2g				○									
		レモンかじゅう	0.71g				○									
		しろごま	1g				○									
さとう	1g				○											
かつおこんぶだし	1.5g				○											
みず	5g				○											
エネルギー 803kcal たんぱく質 27.5g 脂質 28.2g		牛乳	ぎゅうにゅう	1	ぼん	○										
		ごはん	せいはいくまい	95g			○									
		麻婆茄子	ぶたひきにく	60g				○								
		りょうりしゆ	4.5g				○									
		おろしにんにく	1g				○									
		おろししょうが	1g				○									
		サラダあぶら	1g				○									
		トウバンジャン	0.35g				○									
		テンメンジャン	10.98g				○									
		なす	60.41g				○									
たまねぎ	60g				○											
ピーマンスライス	26.58g				○											
さとう	3g				○											
ちゅうかあじ	0.5g				○											
こいくちしょうゆ	6g				○											
かたくりこ	8.26g				○											
ごまあぶら	1g				○											
みず	20g				○											
青菜と春雨の	むしちんげんさい	19.33g				○										
エネルギー 647kcal たんぱく質 25.8g 脂質 14.0g		中華和え	カットわかめ	0.45g			○									
		こまつなカット	26.58g				○									
		はるさめ	4.83g				○									
		さとう	2.4g				○									
		こいくちしょうゆ	3.2g				○									
		ごまあぶら	2g				○									
		しろごま	2g				○									
		ちゅうかあじ	0.3g				○									
		みず	1.5g				○									
		22日(月)	牛乳	ぎゅうにゅう	1	ぼん	○									
エネルギー 647kcal たんぱく質 25.8g 脂質 14.0g		ごはん	せいはいくまい	95g			○									
		鰯の梅煮	いわしうめに	1きれ				○								
		筑前煮	ちくわ	10.99g				○								
		サラダあぶら	1g				○									
		いたこんにやく	13.74g				○									
		ごぼうらんぎり	13.74g				○									
		にんじん	8g				○									
		むしれんこん	10.99g				○									
		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				○											
かぼちのみそ汁	たまねぎ	18.08g				○										
エネルギー 634kcal たんぱく質 36.1g 脂質 18.9g		だいこん	24.73g				○									
		かぼち	19.79g				○									
		むしキャベツ	19.24g				○									
		だいこんば	5.5g				○									

				あか	き	みどり					あか	き	みどり
24日(水)	牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			29日(月)	牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○		
	ごはん	せいはいくまい	95g		○			親子丼	せいはいくまい	95g		○	
	鶏のゆず塩焼き	とりにく しお ゆずかじゅう	2きれ 0.8g 1.2g	○					とりにく りょうりしゆ たまねぎ むしはくさい ささがきごぼう えきらん カットねぎ さとう みりん こいくちしょうゆ かつおこんぶだし しお	60g 4.84g 80g 28.29g 28.29g 40.73g 6.79g 3g 8g 10g 1g 0.2g	○		
切り干し大根の煮物	きりぼしだいこん にんじん こいくちしょうゆ みりん さとう かつおこんぶだし ごまあぶら みず	4.53g 10g 3.5g 3g 3g 0.3g 2g 10g		○		大根のゆずの香和え	きりぼしだいこん だいこん にんじん さとう しお す うすくちしょうゆ ゆずかじゅう	5.67g 30g 10g 4g 0.3g 6g 0.2g 0.28g		○			
五目汁	ごもくじる とうふ うすあげ キャベツ たまねぎ にんじん えのき しお うすくちしょうゆ かつおだし かつおこんぶだし みず	13.78g 5.51g 28.11g 26g 10g 11.02g 0.5g 5.2g 2.2g 1g 145g		○									
25日(木)	牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			30日(火)	牛乳	ぎゅうにゅう	1ぼん	○		
オーブン	オーブン	1こ		○		キャロットパン	キャロットパン	1こ		○			
キーマカレー	ぶたひきにく たまねぎ にんじん むしじゃがいも ホールコーン グリーンピース なす ピーマンスライス おろしにんにく サラダあぶら カレーこ しお トマトケチャップ こめこカレールー こいくちしょうゆ みず	60g 50g 40g 49.19g 13.12g 5.47g 21.86g 21.86g 0.5g 1g 0.25g 0.5g 4.1g 10.93g 1.4g 12g		○			野菜のケチャップ煮	ポークチキンミートボール むしじゃがいも たまねぎ にんじん むきえだまめ サラダあぶら トマトケチャップ さとう しお こしょう デミグラスソース とりがらんかん みず	56.57g 58.84g 60g 20g 13.58g 0.5g 11.31g 0.7g 0.5g 0.04g 11.31g 2.26g 100g		○		
マカロニサラダ	ホールコーン カットインゲン にんじん マカロニ ささみほぐし うすくちしょうゆ コンソメ(こむぎ・にゅうなし) みず マヨネーズたまごふしよ	6.56g 10.93g 10g 16.4g 8.2g 1.5g 0.3g 1g 8.2g		○			かぼちゃサラダ	かぼちゃ パンプキンピューレ だいず むきえだまめ ひじき ほしぶどう しお さとう マヨネーズたまごふしよ	40g 11.31g 4.53g 4.53g 0.5g 4.53g 0.3g 3g 5.0g		○		
26日(金)	牛乳	ぎゅうにゅう		○			<p>季節の食材～梅～</p> <p>梅雨の言葉の由来は梅の熟す時期が関係すると伝えられています。</p> <p>また、6月ごろに梅干しなどの梅の加工品を作ることを梅仕事と言います。梅の酸味の由来であるクエン酸は疲労回復や、カルシウムや鉄などのミネラル吸収の促進、血液の酸性化の抑制・血流改善、酸味による食欲増進などの効果があります。</p> <p>これからの時期にぴったりな食材ですね。</p> <p>6月の給食でも22日(月)に鰯の梅煮で梅を使っています。</p> <p>旬を感じながら食べてみてくださいね。</p>						
ごはん	せいはいくまい	95g		○		酢豚	ぶたにく りょうりしゆ こいくちしょうゆ おろししょうが かたくりこ サラダあぶら おろしにんにく おろししょうが たまねぎ にんじん れんこん ピーマンスライス さとう こいくちしょうゆ す トマトケチャップ ちゅうかあじ サラダあぶら かたくりこ みず	60g 3g 3g 2g 7g 6g 1g 1g 60g 30g 40.66g 13.55g 3.5g 4g 3g 5.42g 2g 1g 5.66g 22g		○			
オクラとなすの中華和え	オクラスライス だいこん なす おろししょうが こいくちしょうゆ す さとう ちゅうかあじ しろごま ごまあぶら	29.82g 30g 10.84g 1.5g 3g 2g 1g 0.5g 2g 1g		○									