



令和7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					あ	か	き	み	ど							
				○									○											
10日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○					14日(月)	ぎゅうにゅう	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 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 グリーンピース こめこのカレールー さとう ポテトベース パンプキンピューレ スイートコーン こいくちしょうゆ とりがらん チキンコンソメ コーンスターチ みず	95g 60g 4.34g 1g 1g 1g 50g 40g 5.56g 7.07g 3g 14.13g 11.78g 28.26g 5g 2.36g 1g 7.07g 80g	○	○		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○						
	だいこん 大根の和え物	だいこん きりぼしだいこん しおこんぶ こいくちしょうゆ みりん す さとう みず	25g 7.07g 0.5g 3.5g 4g 2g 1g 2g			○					にくだんご あまからに 肉団子の甘辛煮	ミートボール あぶら たまねぎ にんじん ごぼうらんざり こんにやく あかピーマンスライス ピーマンスライス こいくちしょうゆ さとう みりん とんかつソース す かたくりこ しろごま	60.39g 1g 60g 30g 23.55g 28.26g 23.55g 23.55g 10g 5g 7g 5g 2g 2.42g 1g	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○
こまつな 小松菜の和え物	こまつな はくさい にんじん 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	25g 35g 15g 1g 1g 3g 1g 0.3g 1.5g			○				こまつな あ もの	こまつなカット はくさい にんじん 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	30.79g 35g 15g 1g 1g 3g 1g 0.3g 1.5g			○					○	○	○	○	○	○
11日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○					15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	れいとろスパゲッティ くつつかないで みず ぎょにくソーセージ あぶら たまねぎ にんじん ピーマンスライス トマトケチャップ トマトピューレ トマトかん とりがらん さとう ウスターソース チキンコンソメ	198g 1.2g 3.6g 37.68g 1g 80g 30g 30.62g 35.33g 23.55g 29.44g 2.36g 5g 6g 1g	○	○		○	○	○	○	○	○	○		
	ハンバーグ	ミートボール 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 みず	60g 14.13g 4.47g 5g 7.07g 3g 2.8g 1g	○		○				ポテトサラダ	むしキャベツ グリーンピース 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	9.42g 9.42g 14.13g 35g 5.65g 1g 0.3g 0.05g 6.07g			○				○	○	○	○	○	○
	人参シシリ	にんじん コーン ツナフレーク さとう チキンコンソメ みず	40g 11.3g 7.07g 0.47g 0.15g 0.5g	○		○				味噌汁	だいこん もやし むしはくさい むしちんげんさい あぶらあげ あかみそ かつおだし かつおこんぶだし みず	30g 30g 9.42g 9.42g 4.71g 15g 1.88g 1g 150g	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○

## 学校給食7つの目標

適切な栄養摂取により  
健康なからだを作ること

正しい食生活、食事の  
マナーを身につけること





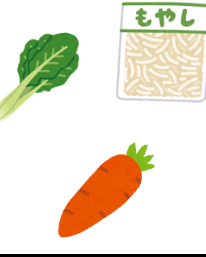




給食の準備を協力して行い、  
協調性を身につけること

命の大切さ、自然の大切さを理解し、  
環境の保全に役立つこと

給食に関わる人たちに感謝し、  
仕事の大切さを理解すること

各地域の食文化を  
理解すること

食料の生産、流通、消費を  
理解すること

			あか	き	みどり				あか	き	みどり		
16日(水)	ジョア	ジョアブルーベリー 1ぽん	○			18日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぽん	○				
	まーぼーだいこんとうふどん 麻婆大根豆腐丼	せいはいくまい 95g ぶたにく 60g さけ 6.2g おろしにんにく 2g おろししょうが 2g あぶら 1g だいこん 60g とうふ 60.24g カットあおねぎ 9.42g トウバンジャン 0.31g テンメンジャン 11.78g さとう 2g ちゅうかあじ 1g こいくちしょうゆ 3g しお 0.2g かたくりこ 7.23g みず 30g	○	○				エネルギー 719kcal	ごはん	せいはいくまい 95g	○		
	あおな はるさめ 青菜と春雨の ちゅうかあ 中華和え	むしチンゲンサイ 19.48g カットわかめ 0.49g こまつなカット 29.22g はるさめ 4.86g 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	○				たんぱく質 27.3g	あじ 鱈フライ	あじフライ 1こ あぶら 5g とんかつソースこぶくろ 1こ	○	○		
エネルギー 727kcal					脂質 18.7g	キャベツの炒め物	キャベツ 50g にんじん 10g ピーマンスライス 10g あぶら 1g こいくちしょうゆ 0.5g チキンコンソメ 0.3g			○	○		
たんぱく質 27.2g													
脂質 18.4g						みそしる 味噌汁	たまねぎ 30g じゃがいも 30g カットわかめ 0.48g こまつなカット 9.42g あかみそ 15g かつおだし 1.88g かつおこんぶだし 0.5g みず 150g	○	○		○		
													
						21日(月)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぽん	○				
						エネルギー 779kcal	ぎゅうどん 牛丼	せいはいくまい 95g ぎゅうにく 50g さけ 14g あぶら 1g おろししょうが 1.5g おろしにんにく 1.5g いとこんにやく 32.97g たまねぎ 90g あつあげ 44.75g さとう 3g みりん 5g こいくちしょうゆ 10g かつおこんぶだし 1g しろごま 2g	○	○			
						たんぱく質 30.8g					○	○	
						脂質 27.7g							
17日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 1ぽん	○				ナムル	もやし 30g きりぼしだいこん 4.71g こまつなカット 15.63g にんじん 10g ごまあぶら 2g ちゅうかあじ 0.5g しお 0.2g しろごま 0.5g みず 3g			○	○	
エネルギー 806kcal	パン	コッペパン 1こ		○									
たんぱく質 34.2g	ポークシチュー	ぶたにく 60g あぶら 1g おろしにんにく 2g たまねぎ 50g にんじん 30g じゃがいも 40g ブロッコリー 11.78g こむぎこ 2.42g デミグラスソース 58.88g さとう 2.6g とりがらん 2.42g ウスターソース 5g チキンコンソメ 1g みず 30g	○										
脂質 26.4g													
	焼き野菜	かぼちゃ 30g れんこんらんぎり 23.55g ピーマンスライス 11.78g あかピーマンスライス 11.78g あぶら 1g こいくちしょうゆ 0.5g おろしにんにく 1g しお 0.3g パセリフレーク 0.05g チキンコンソメ 0.5g		○		22日(火)	ジョア	ジョアマスカット 1ぽん	○				
						エネルギー 723kcal	パン	アップルパン 1こ		○			
						たんぱく質 23.9g	にくだんご 肉団子のポトフ	ミートボール 61.23g おろしにんにく 1g にんじん 30g だいこん 40g たまねぎ 50g むしキャベツ 23.55g ブロッコリー 13.19g チキンコンソメ 2g とりがらん 2.4g しお 0.3g みず 100g	○				
						脂質 20.0g					○	○	
							ごぼうサラダ	にんじん 15g だいこん 20g ささがきごぼう 32.97g コーン 11.3g しろごま 1g のうしゆくかつおだし 1.5g さとう 0.54g マヨネーズたまごふしよ 5.93g みず 0.8g			○	○	
													

## 4/23(水)「若竹煮」

春の献立でよく登場するのが若竹煮です。「若芽」と「竹の子」のそれぞれの頭文字をとって名づけられています。旬の時期が両方とも春で、食材の相性もいいので、よく食べられている料理です。

竹の子を出汁で炊いて、醤油、みりんなどで味付けし、最後に若芽を入れて仕上げます。春の息吹を感じましょう。





令和7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
23日(水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			28日(月)	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		○			ハヤシライス	せいはいくまい	95g		○	
エネルギー 697kcal		ふたにく	60g	○			エネルギー 752kcal	ふたにく	60g		○		
たんぱく質 30.8g		さけ	9.2g		○		たんぱく質 29.4g	さけ	4.96g			○	
脂質 16.9g	あぶら	1g			○			おろしにんにく	1g				○
	にんじん	30g			○		あぶら	1g				○	
	じゃがいも	50g			○		たまねぎ	80g				○	
	いとこんにやく	32.97g			○		マッシュルーム	15.7g				○	
	たまねぎ	60g			○		さとう	4g				○	
	むきえだまめ	9.42g			○		トマトジュース	13.85g				○	
	こいくちしょうゆ	8g			○		デミグラスソース	52.63g					○
	みりん	2g					チキンコンソメ	1g					○
	さとう	4g					ウスターソース	6g					○
	かつおこんぶだし	1g					こむぎこ	5.51g					○
	みず	40g					みず	40g					○
	わかたけに 若竹煮	カットわかめ	1g	○			コールスロー	キャベツ	45g				○
		たけのこみずに	29.2g					きピーマンスライス	11.78g				○
		だいこん	20g					ブロッコリー	4.71g				○
		のうしゆくかつおだし	1.5g					にんじん	15g				○
		のうしゆくこんぶだし	1g					しお	0.3g				○
		うすくちしょうゆ	1.5g					あぶら	1g				○
		みりん	1.5g					さとう	3g				○
		みず	1.5g					す	4g				○
		みず	1.5g					みず	1g				○
24日(木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			30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		○			ごはん	せいはいくまい	95g		○	
エネルギー 626kcal		カレーにつけ	1きれ	○			とりにく	80g		○			
たんぱく質 27.2g		やきちくわ	13.19g		○		鶏の照り焼き	しお	0.5g				
脂質 13.4g	あぶら	1g			○		しろこしょう	0.05g					○
	こんにやく	14.13g			○		いためたまねぎ	11.78g					○
	ごぼうらんぎり	11.78g			○		みりん	5.5g					○
	にんじん	10g			○		こいくちしょうゆ	3.5g					○
	むしれんこん	9.42g			○		さとう	2g					○
	こいくちしょうゆ	3.5g			○		かたくりこ	0.5g					○
	さとう	0.5g			○		みず	3.5g					○
	みりん	1g					きりぼしだいこん	4.71g					○
	かつおこんぶだし	0.3g					切干大根の煮物	にんじん	10g				○
	みず	2g						こいくちしょうゆ	3.5g				○
	味噌汁	あぶらあげ	9.42g	○			味噌汁	みりん	3g				○
		むしキャベツ	14.13g					さとう	3g				○
		もやし	30g					かつおこんぶだし	0.3g				○
		たまねぎ	30g					ごまあぶら	2g				○
		はだいこん	9.42g					みず	10g				○
		あかみそ	15g	○				とうふ	11.78g				○
		かつおだし	1.8g					たまねぎ	30g				○
		かつおこんぶだし	1g					むしキャベツ	28.26g				○
		みず	150g					こまつなカット	11.78g				○
								あかみそ	15g				○
								かつおだし	1.88g				○
								かつおこんぶだし	1g				○
								みず	150g				○
25日(金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1ぼん	○			<div style="text-align: center;"> <h2>食物アレルギーを知りましょう！</h2> <p>わたしたちの体には、細菌やウィルスから体を守る「免疫」という機能が備わっています。その機能が正常に働かず、有害なものだけでなく、無害なものに対しても働いてしまい、蕁麻疹やくしゃみ、鼻水、咳などの症状を引き起こすことをアレルギーといいます。食べ物が原因で症状が出ることを食物アレルギーといいます。原因となる食べ物は様々ですが、主な食べ物は8品目あり、それを特定原材料8品目と言います。</p> <p>こむぎ 小麦    たまご 卵    にゅうせいひん 乳製品    そば 蕎麦    らっかせい 落花生    えび 海老    かに 蟹    くるみ くるみ</p> </div>						
	ごはん	せいはいくまい	95g		○								
エネルギー 804kcal		とりにく	2こ	○									
たんぱく質 30.0g		おろししょうが	0.91g		○								
脂質 28.2g	おろしにんにく	0.91g			○								
	しお	0.56g											
	しろこしょう	0.05g											
	さとう	0.46g											
	さけ	0.91g											
	ちゅうかあじ	0.7g											
	こむぎこ	7.21g											
	かたくりこ	7.21g											
	あぶら	8g											
	味噌汁	たまねぎ	20g										
		かぼちゃ	25g										
		にんじん	15g										
		むしはくさい	20g										
		はだいこん	9.68g										
		しろみそ	18g	○									
		のうしゆくかつおだし	2g										
		のうしゆくこんぶだし	1g										
		かつおこんぶだし	0.5g										
		みず	150g										

# 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◆

学校給食の献立は、文部科学省より定められている栄養価の摂取基準に基づいて考えられています。

本校の給食も文部科学省の摂取基準と児童生徒の実態を把握した上で、成長曲線を考慮して栄養価を設定しています。

	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、ほぼ毎日ついています。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、現時点では滋賀県産の「キヌヒカリ」という銘柄の精白米を使用しています。

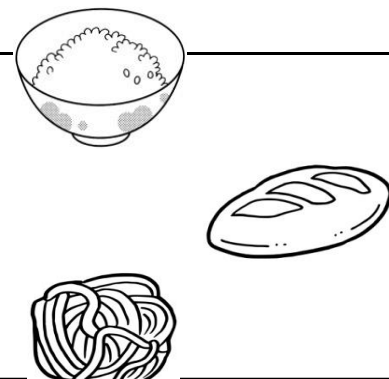
お米は一年ごとに契約を更新しており、その時の状況次第で品種が変更になる場合があります。

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、原材料を配合しており、

種類はコッペパン・食パン・チーズパン・ハニーバズとメニューに合わせて種類を変えています。

スパゲッティやうどん、ラーメンなど、麺の白もあります。



### 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。

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			
エネルギー						
822kcal						
たんぱく質						
25.3g						
脂質						
27.2g						
	つけもの	ふくじんづけ	1ふくら			
	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。