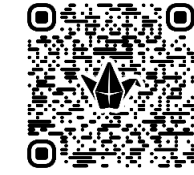


令和8年度

7月 こんだまびょう

給食の写真



摂支内第 3-4 号


大阪府立摂津支援学校（給食室）

7月1日(水)		7月2日(木)		7月3日(金)		7月6日(月)		7月7日(火)		7月8日(水)		7月9日(木)		7月10日(金)			
献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料		
ちゅうかどん 中華丼(ご飯)	金賞健康米	はん ご飯	金賞健康米	はん ご飯	金賞健康米	はん ご飯	金賞健康米	さけ 鮭のちらし寿司	金賞健康米 ちらし寿司の素 骨なしトラウト たくあん きゅうり 白ごま きざみのり	タコライス (ライス)	金賞健康米	しょく 食パン	食パン	はん ご飯	金賞健康米		
(具)	豚肉モモ 玉葱 にんじん はくさい チンゲンツアイ たけのこ水煮 しいたけ しょうが にんにく 中華スープの素 酒 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 ごま油 オイスターソース かたくり粉 水	さば たつたあ 鯖の竜田揚げ	骨なしさば しょうが 濃口醤油 本みりん 酒 かたくり粉 揚げ油	すき焼き風煮	和牛モモ 焼き豆腐 しらたき にんじん はくさい なたね油 三温糖 濃口醤油 食塩 本みりん 酒 水	ふた だいこん 豚ハラ大根	豚肉ばら 豚肉モモ だいこん にんじん しょうが 青ねぎ 酒 本みりん 三温糖 濃口醤油 削節 出し昆布 なたね油 水	ほしぞら 星空にゅうめん	鶏肉モモ(皮付き) そうめん にんじん オクラ 出し昆布 削節 薄口醤油 食塩 本みりん 酒 水	(具)	豚ひき肉 牛ひき肉 玉葱 にんじん にんにく トマト缶(カット) トマトケチャップ 白ワイン 食塩 黒こしょう ウスターソース とんかつソース トウパンジャン 濃口醤油 オリーブ油 かたくり粉	チョコスプレッド	チョコスプレッド	ぶたにく 豚肉となすの みそいた 味噌炒め	豚肉モモ にんじん なす 青ピーマン 玉葱 しょうが 酒 みそ 三温糖 濃口醤油 本みりん なたね油		
レタスの ちゅうか 中華スープ	ベーコン レタス 玉葱 とうもろこし缶 鶏がらスープ 中華スープの素 酒 薄口醤油 食塩 黒こしょう なたね油 かたくり粉 水	マカロニサラダ	マカロニ きゅうり 玉葱 にんじん ベーコン エッグケア 食塩 黒こしょう	ツナサラダ	ツナ きゅうり キャベツ にんじん カットわかめ 青じそドレッシング	しらあ 白和え	木綿豆腐 絹ごし豆腐 ちくわ にんじん ほうれんそう 酒 三温糖 白みそ 薄口醤油 本みりん 白ごま	たなばた 七夕ゼリー	七夕ゼリー	(キャベツ)	キャベツ	フロccoliリー サラダ	冷凍フロccoliリー にんじん 玉葱 とうもろこし缶 米酢 食塩 黒こしょう 三温糖 なたね油	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん 玉葱 きゅうり ベーコン エッグケア 食塩 黒こしょう		
ハニラ ヨーグルト	ハニラヨーグルト	とうふ こまつな 豆腐と小松菜の 味噌汁	木綿豆腐 玉葱 こまつな えのきたけ みそ 出し昆布 削節 水					たなばた 七夕献立		(揚げじゃがいも)	じゃがいも 揚げ油	ポトフ	ウィンナー じゃがいも 玉葱 にんじん キャベツ 食塩 黒こしょう チキンコンソメ 濃口醤油 水				
ジュース	グレープジュース	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	きのことハムの スープ	えのきたけ にんじん エリンギ 玉葱 ローズハム 食塩 黒こしょう 鶏がらスープ チキンコンソメ 濃口醤油 水	飲むヨーグルト	アシドミルク	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	691 kcal 19.2 g 15.1 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	871 kcal 35.9 g 39.9 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	672 kcal 28.0 g 22.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	715 kcal 26.8 g 26.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	636 kcal 22.7 g 15.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	696 kcal 27.4 g 17.6 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	778 kcal 38.7 g 27.9 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	715 kcal 24.6 g 26.9 g		


7月13日(月)

献立名	使用材料
まる 丸パン	丸パン
ポークビーンズ	豚肉モモ 蒸し大豆 玉葱 じゃがいも にんじん 冷凍いんげん トマトケチャップ トマト缶(カット) 三温糖 ウスターソース 食塩 黒こしょう チキンコンソメ かたくり粉 なたね油 赤ワイン 水
かいそう 海藻ツナサラダ	ほしひじき 生わかめ キャベツ きゅうり ツナ 薄口醤油 米酢 ごま油 三温糖
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	704 kcal 30.5 g 24.2 g



7月14日(火)

献立名	使用材料
とうもろこし ごはん	金賞健康米 ベーコン とうもろこし とうもろこし缶 濃口醤油 食塩 酒 なたね油
	
カレイの ネギマヨ焼き	骨なしカレイ 酒 濃口醤油 エッグケア 白ねぎ 黒こしょう
とろろ昆布の すまし汁	鶏肉モモ(皮付き) ぶなしめじ にんじん 玉葱 青ねぎ とろろ昆布 削節 出し昆布 薄口醤油 酒 本みりん 食塩 水
ジュース	アップルジュース
エネルギー たんぱくしつ ししつ	743 kcal 28.2 g 25.2 g

7月15日(水)

献立名	使用材料
ぶっかけうどん (めん)	うどん(冷凍)
(つゆ)	めんつゆストレート
(とり天)	鶏肉モモ(皮付き) 酒 しょうが しそ葉 食塩 黒こしょう エッグケア 米粉 かたくり粉 水 揚げ油
(おろし)	冷凍大根おろし
(わかめ)	生わかめ
れんこんと にんじんの ツナきんぴら	れんこん にんじん ツナ 削節 出し昆布 水 濃口醤油 三温糖 本みりん 酒 ごま油
	
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	741 kcal 29.4 g 32.0 g

7月16日(木)

献立名	使用材料
なつやさい 夏野菜カレー (ライス)	金賞健康米
(ルウ)	豚肉モモ にんにく しょうが 玉葱 冷凍かぼちゃ なす 赤パプリカ オクラ 赤ワイン トマト缶(カット) カレールウ ウスターソース とんかつソース なたね油 水
	
だいこん 大根じゃこ サラダ	だいこん にんじん キャベツ しらす干し 米酢 三温糖 濃口醤油 ごま油
	
クレープ (みかん)	クレープ (みかん)
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	753 kcal 23.3 g 19.7 g


夏野菜をしっかりと食べて、暑さに負けない体を作ろう！

梅雨が明けて、いよいよ夏本番になりました。
みなさんが、畑で育てている夏野菜も収穫の時期になりましたね。
夏野菜には、わたしたちの体を元気にするひみつがたくさんあります！


 **トマト**
ビタミンが多く、
疲れた体の回復を助
ける


 **なす**
血液をサラサラにす
る

 **ピーマン**
ビタミンCが多く、
夏風邪を予防する

 **きゅうり**
体にこもった熱を
下げる

 **オクラ**
ネバネバがおなかの
調子を整える

 **とうもろこし**
体を動かすエネル
ギーになる

 **かぼちゃ**
冬のイメージがありますが、実は夏に収穫される野菜で
す。丈夫で長い期間保存できるので、冬になってもおい
しく食べられます。

小学部1・2・3年生はこの献立の7割の量、4・5・6年生は8割の量です。

献立は材料の都合により変更することがあります。

- ◆給食で使用しているエッグケアは卵不使用のマヨネーズです。
- ◆1つのメニューで配缶が分かれている場合は、()で表記しています。