

令和5年9月 学校給食献立表

大阪府立思斉支援学校

9月4日(月)		9月5日(火)		9月6日(水)		9月7日(木)		9月8日(金)		9月11日(月)		9月12日(火)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【アシドミルクPLUS】		【牛乳】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	アシドミルクPLUS	180	牛乳	206	牛乳	206
【秋野菜のカレーライス】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【アップルパン】		【ごはん】		【ごはん】	
金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	95	アップルパン	1個	金賞健康米	95	金賞健康米	95
鶏肉もも(皮付き)	60	【鶏肉のバーベキューソース】		【マーボー春雨】		【厚揚げときのこのみそ煮】		【ペンネのクリーム煮】		【鶏肉のからあげ】		【鮭のフライ】	
さつまいも	30	鶏肉もも(皮付き)	80	豚ひき肉	50	豚モモ(脂身付き)	50	ペンネ	22	鶏肉もも(皮付き)	90	しろさけ	70
たまねぎ	40	白ワイン	1.0	緑豆はるさめ	20	あつあげ	30	オリーブ油	0.9	料理酒	1.8	食塩	0.3
にんじん	15	食塩	0.1	たまねぎ	40	たまねぎ	30	鶏肉もも(皮付き)	20	しょうが	1.0	こしょう	0.0
れんこん	10	こしょう	0.01	にら	5	しいたけ	10	とうもろこし缶詰(クリーム)	24	にんにく	1.2	薄力粉	6.0
ぶなしめじ	10	にんにく	0.1	にんじん	15	ぶなしめじ	15	たまねぎ	30	食塩	0.6	パン粉(乾燥)	6.0
グリーンピース(冷凍)	6	りんごピューレ	9.5	白ねぎ	5	にんじん	15	にんじん	6	こしょう	0.0	なたね油	8
トマト缶詰(ダイス)	18	三温糖	2.0	しょうが	0.5	なたね油	0.5	ほうれんそう(冷凍)	10	こいくちしょうゆ	1.8	エッグケア(小袋)	1袋
にんにく	0.5	こいくちしょうゆ	2.0	にんにく	0.5	三温糖	1.5	ぶなしめじ	5	かたくり粉	8.0	【ひじきサラダ】	
しょうが	0.5	かたくり粉	0.5	干し椎茸	0.5	本みりん	1.5	にんにく	0.3	なたね油(揚げ油)	7.0	キャベツ	40
なたね油	0.5	【ささみサラダ】		なたね油	0.5	こいくちしょうゆ	1.0	なたね油	0.3	【キャベツのゆかりあえ】		きゅうり	30
食塩	0.5	チキンささみ水煮	25	赤だし味噌	5.1	赤みそ	4.0	コンソメ	1.8	キャベツ	50	干ひじき	0.5
ローレル	0.0	キャベツ	40	トウバンジャン	0.2	だしこんぶ	0.5	アレゲンフリーシチューフレーク	3.0	えのきたけ	10	三温糖	1.5
アレルゲンフリーカレーフレーク	15.0	きゅうり	20	料理酒	1.0	けずりぶし	1.0	調製豆乳	30.0	ゆかり	0.4	食塩	0.3
カレー粉	0.9	ピーマン	7	三温糖	0.8	【キャベツの甘酢あえ】		濃久里夢(豆乳クリーム)	30.0	ごま油	0.8	米酢	1.5
ウスターソース	1.0	りんご酢	2.2	こいくちしょうゆ	2.0	キャベツ	50	食塩	0.1	【油揚げとわかめのみそ汁】		うすくちしょうゆ	2.0
りんごピューレ	2.3	三温糖	1.8	テンメンジャン	2.0	にんじん	10	黒こしょう	0.03	油揚げ	8	なたね油	1.0
鶏がらだし	2.3	食塩	0.2	ごま油	0.5	三温糖	1.5	【ブロッコリーのピクルス】		カットわかめ	0.5	【豚汁】	
【豆サラダ】		こしょう	0.02	かたくり粉	1.0	食塩	0.3	ブロッコリー(冷凍)	50	たまねぎ	40	あつあげ	10
キャベツ	30	【コンソメスープ】		【きゅうりともやしの中華あえ】		りんご酢	1.5	赤パプリカ	10	にんじん	10	豚ばら(脂身付)	30
きゅうり	10	ウィンナー	6	だいずもやし	40	【うすくず汁】		三温糖	0.8	赤みそ	9.0	だいこん	30
大豆(水煮)	6	じゃがいも	30	きゅうり	25	油揚げ	8	食塩	0.2	白みそ	6.4	さといも(冷凍)	30
コーン(冷凍)	4	たまねぎ	30	三温糖	2.0	さといも(冷凍)	40	米酢	0.8	だしこんぶ	0.8	だいずもやし	20
りんご酢	3.8	ぶなしめじ	8	米酢	2.5	こまつな(冷凍)	35	うすくちしょうゆ	0.2	けずりぶし	2.5	葉ねぎ	5
三温糖	2.0	にんじん	10	中華スープ	0.5	干し椎茸	0.5	【レタスのスープ】				赤みそ	9.0
オリーブ油	1.0	なたね油	0.5	ごま油	0.5	にんじん	10	チキンささみ水煮	10			白みそ	6.4
こしょう	0.02	コンソメ	2.2	【中華ポテト】		食塩	0.5	レタス	35			だしこんぶ	0.7
【和なし(缶)】		食塩	0.1	さつまいも	60	うすくちしょうゆ	5.0	たまねぎ	20			けずりぶし	2.5
和梨(缶)	50	こしょう	0.0	なたね油(揚げ油)	5.0	だしこんぶ	0.6	りよくとうもやし	15				
		本みりん	1.5	三温糖	3.0	けずりぶし	2.5	にんじん	10				
		うすくちしょうゆ	2.0	こいくちしょうゆ	0.5	かたくり粉	2.0	なたね油	0.5				
				本みりん	1.0			うすくちしょうゆ	1.5				
								食塩	0.2				
								こしょう	0.03				
								コンソメ	1.3				
エネルギー 908キロカロリー		エネルギー 728キロカロリー		エネルギー 842キロカロリー		エネルギー 737キロカロリー		エネルギー 796キロカロリー		エネルギー 826キロカロリー		エネルギー 942キロカロリー	

9月13日(水)		9月14日(木)		9月15日(金)		9月19日(火)		9月20日(水)		9月21日(木)		9月22日(金)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
【ごはん】		【ごはん】		【ハニーバズ】		【ごはん】		【ガパオライス】		【ごはん】		【練乳ツイスト】	
金賞健康米	95	金賞健康米	95	ハニーバズ	1個	金賞健康米	95	金賞健康米	90	金賞健康米	95	練乳ツイスト	1個
【豚肉と野菜の塩こうじ炒め】		【和風梅チキン】		【肉団子のトマト煮】		【豚肉のしょうが焼き】		豚ひき肉		【揚げたらの和風あんかけ】		【スパイシーチキン】	
豚モモ(脂身付き)	70	鶏肉もも(皮付き)	90	ポーク・チキンミートボール	50	豚モモ(脂身付き)	70	大豆(水煮)	10	まだら	70	鶏肉もも(皮付き)	90
料理酒	1.5	料理酒	1.0	ブロッコリー(冷凍)	35	料理酒	1.0	たまねぎ	30	食塩	0.2	にんにく	0.5
たまねぎ	30	こいくちしょうゆ	3.5	たまねぎ	40	たまねぎ	20	ピーマン	10	かたくり粉	8	しょうが	0.5
ピーマン	10	三温糖	4.0	にんじん	10	しょうが	1.5	赤パプリカ	5	なたね油(揚げ油)	6	トウバンジャン	0.5
にんじん	10	本みりん	2.0	マッシュルーム(水煮)	8	三温糖	2.0	コーン(冷凍)	4	たまねぎ	20	こいくちしょうゆ	2.0
しょうが	0.5	米酢	2.0	にんにく	0.5	本みりん	2.0	にんにく	1.0	チンゲンサイ	20	カレー粉	0.1
塩こうじ	3.0	梅肉	6.0	オリーブ油	0.5	こいくちしょうゆ	4.0	ごま油	0.5	にんじん	10	食塩	0.1
本みりん	2.0	【五目きんぴら】		トマト缶詰(ダイス)	25	【五目豆】		食塩	0.2	干し椎茸	0.4	三温糖	2.0
こいくちしょうゆ	3.0	ささがきごぼう	20	トマトケチャップ	5.5	大豆(水煮)	20	こしょう	0.0	三温糖	4.0	【フレンチサラダ】	
なたね油	0.5	れんこん	15	三温糖	1.0	にんじん	15	こいくちしょうゆ	2.0	うすくちしょうゆ	4.0	キャベツ	25
【金時豆の煮物】		にんじん	7	食塩	0.2	干し椎茸	1.0	オイスターソース	2.0	米酢	3.5	きゅうり	10
きんときまめ(乾)	12	さんどまめ(冷凍)	6	こしょう	0.01	刻み昆布	1.0	本みりん	2.0	かたくり粉	5.0	りよくとうもやし	10
三温糖	2.0	つきこんにやく	5	ローレル	0.01	三温糖	1.7	三温糖	1.5	【三度豆のサラダ】		にんじん	10
食塩	0.1	なたね油	0.5	ウスターソース	1.0	うすくちしょうゆ	3.0	トウバンジャン	0.3	さんどまめ(冷凍)	40	なたね油	1.0
うすくちしょうゆ	1.0	こいくちしょうゆ	2.7	鶏がらだし	3.0	本みりん	3.0	バジル(粉)	0.1	キャベツ	20	ワインビネガー	1.0
【小松菜のみそ汁】		三温糖	1.3	【コールスローサラダ】		削り節・こんぶだし	15	【春雨スープ】		三温糖	1.5	食塩	0.2
油揚げ	10	本みりん	2.0	キャベツ	40	【厚揚げとかぼちゃのみそ汁】		チキンささみ水煮	15	食塩	0.4	りんご酢	1.5
こまつな(冷凍)	30	削り節・こんぶだし	5.0	きゅうり	15	あつあげ	30	緑豆はるさめ	6	りんご酢	1.8	三温糖	1.2
たまねぎ	20	【すまし汁】		にんじん	5	西洋かぼちゃ(冷凍)	30	チンゲンサイ	20	なたね油	0.8	【豆乳コーンスープ】	
えのきたけ	10	とうふ	30	コーン(冷凍)	10	にんじん	10	たまねぎ	15	【じゃがいもとたまねぎのみそ汁】		とうもろこし缶詰(クリーム)	40
白みそ	6.4	こまつな(冷凍)	30	なたね油	2.0	えのきたけ	7	りよくとうもやし	10	じゃがいも	40	たまねぎ	40
赤みそ	9.0	にんじん	10	三温糖	1.0	赤みそ	9.0	にんじん	10	たまねぎ	30	にんじん	10
だしこんぶ	0.5	ぶなしめじ	10	りんご酢	2.0	白みそ	6.4	鶏がらだし	2.0	えのきたけ	10	調製豆乳	50
けずりぶし	3.0	食塩	0.2	食塩	0.3	だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	2.0	葉ねぎ	5	食塩	0.2
		うすくちしょうゆ	5.0	こしょう	0.02	けずりぶし	2.5	本みりん	1.2	赤みそ	9.0	こしょう	0.0
		だしこんぶ	0.6	【国産ぶどうゼリー】				ごま油	1.0	白みそ	6.4	コンソメ	1.0
		けずりぶし	2.5	国産ぶどうゼリー	40			食塩	0.4	だしこんぶ	0.5	鶏がらだし	3.0
								【ソファール元気ヨーグルト】		けずりぶし	2.8		
								ソファール元気ヨーグルト	70				
エネルギー 729キロカロリー		エネルギー 734キロカロリー		エネルギー 668キロカロリー		エネルギー 764キロカロリー		エネルギー 703キロカロリー		エネルギー 738キロカロリー		エネルギー 799キロカロリー	

9月25日(月)		9月26日(火)		9月27日(水)		9月28日(木)		9月29日(金)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
【牛丼】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【さつまいもごはん】	
金賞健康米	90	金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	45
和牛モモ(脂身付き)	60	【ホイコウロー】		【肉じゃが】		【さばのみそ煮】		もち米	24
料理酒	1.0	豚モモ(脂身付き)	70	和牛モモ(脂身付き)	60.0	さば	70	さつまいも	30
しょうが	1.0	料理酒	1.0	料理酒	1.2	料理酒	4.0	食塩	1.0
系こんにやく	14	キャベツ	50	じゃがいも	50	赤みそ	5.0	料理酒	1.0
にんじん	15	ピーマン	20	系こんにやく	15	しょうが	1.0	だしこんぶ	0.6
たまねぎ	40	白ねぎ	20	たまねぎ	40	三温糖	3.0	【大阪産里芋コロッケ】	
干し椎茸	0.5	しょうが	1.0	にんじん	10	本みりん	2.0	大阪産里芋コロッケ	60.0
えのきたけ	10	にんにく	0.5	三温糖	3.0	だしこんぶ	0.5	なたね油(揚げ油)	6
白ねぎ	10	ごま油	1.5	本みりん	0.5	【ささみともやしの和え物】		中濃ソース	1袋
こいくちしょうゆ	4.5	テンメンジャン	0.3	うすくちしょうゆ	2.5	チキンささみ水煮	20	【ブロッコリーのサラダ】	
うすくちしょうゆ	4.5	オイスターソース	1.8	こいくちしょうゆ	2.5	りよくとうもやし	30	ブロッコリー(冷凍)	40
三温糖	3.5	トウバンジャン	0.3	食塩	0.1	きゅうり	10	たまねぎ	20
本みりん	1.0	赤だし味噌	3.0	削り節・こんぶだし	10.0	にんじん	10	にんじん	10
【チンゲンサイとしめじのおひたし】		三温糖	1.2	【白菜と大葉の香味あえ】		なたね油	0.5	三温糖	1.0
チンゲンサイ	30	食塩	0.3	はくさい	50	こいくちしょうゆ	1.4	食塩	0.2
たまねぎ	20	こいくちしょうゆ	1.8	にんじん	10	食塩	0.1	米酢	1.0
ぶなしめじ	15	【あつあげの生姜醤油かけ】		しそ葉	1.0	ごま油	0.4	うすくちしょうゆ	0.5
こいくちしょうゆ	2.5	あつあげ	50	こいくちしょうゆ	3.5	本みりん	0.6	なたね油	1.0
三温糖	1.5	しょうが	1.0	三温糖	2.0	【けんちん汁】		【きのこのみそ汁】	
削り節・こんぶだし	1.0	三温糖	1.5	【とうふとわかめのみそ汁】		あつあげ	20	油揚げ	6
【キャベツのみそ汁】		こいくちしょうゆ	2.0	とうふ	20	さといも(冷凍)	35	こまつな(冷凍)	20
油揚げ	8	【小松菜のスープ】		カットわかめ	0.5	だいこん	20	しいたけ	10
キャベツ	30	とうふ	20	たまねぎ	30	にんじん	10	ぶなしめじ	15
りよくとうもやし	15	こまつな(冷凍)	20	にんじん	10	葉ねぎ	5	えのきたけ	8
ぶなしめじ	10	りよくとうもやし	10	赤みそ	9.0	干し椎茸	0.5	赤みそ	9.0
にんじん	10	えのきたけ	8	白みそ	6.4	つきこんにやく	5.0	白みそ	6.4
赤みそ	9.0	にんじん	10	だしこんぶ	0.8	だしこんぶ	0.6	だしこんぶ	0.5
白みそ	6.4	中華スープ	2.0	けずりぶし	2.5	けずりぶし	2.5	けずりぶし	2.1
だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	4.0			うすくちしょうゆ	4.0	【十五夜デザート】	
けずりぶし	2.0	食塩	0.2			本みりん	2.0	十五夜デザート	30
		こしょう	0.02			食塩	0.3		
						ごま油	1.0		
エネルギー 727キロカロリー		エネルギー 728キロカロリー		エネルギー 745キロカロリー		エネルギー 757キロカロリー		エネルギー 700キロカロリー	

加工品の原材料について

9月15日(金) 国産ぶどうゼリー

原材料	ぶどう果汁(濃縮還元)、砂糖、水あめ、水溶性食物繊維、水 <使用添加物>ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料、クエン酸鉄Na
表示対象アレルゲン	なし

9月29日(金) 大阪産里芋コロッケ

原材料	里芋、鶏肉、たまねぎ、砂糖、にんじん、パン粉、しょうゆ、大豆油、食塩、焙焼式乾燥パン粉、生パン粉、米粉、小麦粉、水
表示対象アレルゲン	小麦・大豆・鶏肉

9月29日(金) 十五夜デザート(2023)

原材料	【みかんゼリー】うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、水 <使用添加物>乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na、香料 【モチーフ】水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、粉末油脂、寒天、レモン果汁、水 <使用添加物>乳化剤、酸味料、ゲル化剤(キサントガム)、香料
表示対象アレルゲン	なし

献立表は学校ホームページでもご覧いただけます

今年度から学校給食献立表を学校のホームページへ掲載しています。右のQRコードを読み取っていただくと、直接ページに接続できます。ぜひご活用ください。

