令和8年度 11月こんだてひょう

11月の給食月目標
よく噛んでたべよう！

大阪府立枚方支援学校
枚支内第176号

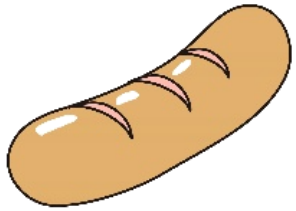
11月2日(月)	11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月9日(月)	11月10日(火)
献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)
【ごはん】	【ごはん（健康米）】	【うずまきパン】	【里芋ごはん（たきこみ）】	【ごはん】	【ごはん（健康米）】
精白米	金賞健康米	バターうずまきパン　1個	金賞健康米	精白米	金賞健康米
(211/276/325kcal)	(211/276/325kcal)	(小3まで小193/小4から大289kcal)	冷凍さといも	(211/276/325kcal)	(211/276/325kcal)
【鮭のしょうゆだれがけ】	【肉じゃが】	【さつま芋の米粉シチュー】	うすあげ	【さばの生姜煮】	【チーズ入りハンバーグ】
銀さけ	和牛モモ肉	酵母入りウィンナー	干し椎茸	まさば	豚ひき肉
食塩	メークイン	鶏モモ肉	にんじん	しょうが	牛ひき肉
清酒	にんじん	さつまいも	うすくちしょうゆ	白ねぎ	玉葱
しょうが	玉葱	にんじん	本みりん	中ざら糖	にんじん
こいくちしょうゆ	糸こんにゃく	玉葱	清酒	清酒	豆乳クリーム
上白糖	菜種サラダ油	こまつな	上白糖	こいくちしょうゆ	パン粉（中目）
本みりん	清酒	菜種サラダ油	食塩	こんぶ（だし用）	まめプラスミート
清酒	こいくちしょうゆ	白いんげん豆ピューレ	菜種サラダ油	1切(174kcal)	食塩
かたくり粉	中ざら糖	米粉パウダー	(213/279/328kcal)	【じゃがいもみそ汁】	白こしょう
(小6まで小126/中1から大168kcal)	本みりん	有塩バター	【鶏のハニーソース】	メークイン	ナツメグパウダー
【こふきいも】	(148/193/227kcal)	牛乳	鶏モモ肉	うすあげ	ダイスカットチーズ
メークイン	【野菜の昆布炒め】	とりがらスープ	食塩	にんじん	濃厚ソース
食塩	にんじん	白こしょう	白こしょう	玉葱	トマトケチャップ
(16/20/24kcal)	キャベツ	食塩	しょうが	つきこんにゃく	デミグラスソース
【チンゲン菜のみそ汁】	赤ピーマン	脱脂粉乳	ワイン風調味料	かつお宗田節（だし用）	上白糖
うすあげ	大豆の華	(151/197/232kcal)	こいくちしょうゆ	こんぶ（だし用）	ワイン風調味料
チンゲン菜	ごま(いり)	【野菜のソース炒め】	はちみつ	麦みそ	(小3まで小1個127/小4から大1個253kcal)
玉葱	ごま油	ショルダーベーコン	あらびきマスタード	(56/73/86kca)	【かぶのみそ汁】
だいこん	塩こんぶ	切干大根	ワイン風調味料	【プリン(豆乳)】	かぶ
にんじん	上白糖	にんじん	かたくり粉	とろけるプリン（豆乳）	かぶ(葉)
かつお宗田節（だし用）	(39/51/60kcal)	キャベツ	(小3まで1個107/小4から2個213kcal)	1個　(77kcal)	にんじん
こんぶ（だし用）	【味付けのり】	もやし	【厚揚げのみそ汁】		ぶなしめじ
麦みそ	味付けのり	菜種サラダ油	絹厚揚げ		絹厚揚げ
(44/58/68kcal)	1袋　(9kcal)	濃厚ソース	はくさい		かつお宗田節（だし用）
		ウスターソース	にんじん		こんぶ（だし用）
		こいくちしょうゆ	だいこん		麦みそ
		上白糖	かつお宗田節（だし用）		(53/69/81kcal)
		(30/39/46kcal)	こんぶ（だし用）		【ひじきふりかけ】
		【やさいゼリー】	麦みそ		芽ひじき
		やさいゼリー	(52/68/80kcal)		大豆の華
		1個　(42kcal)			ごま(いり)
					上白糖
					こいくちしょうゆ
					本みりん
					かつお昆布だし
					(14/19/22kcal)
534/617/722	544/666/758	553/704/746	509/697/758	655/737/799	542/754/818

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。

給食で 世界を巡ろう！ ドイツ編

「カリーブルスト」

ドイツのベルリンで
定番のファストフードです。
焼いたソーセージに
ケチャップとカレー粉をかけた
シンプルな料理です。
付け合わせにはフライドポテトや
パンを添えることが多いそうです。



ドイツの献立

11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月17日(火)
献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)
【ごはん（健康米）】	【コッペパン】	【ごはん（健康米）】	【ごはん（健康米）】
金賞健康米	コッペパン　1個	金賞健康米	金賞健康米
(211/276/325kcal)	(小3まで小184/小4から大276kcal)	(211/276/325kcal)	(211/276/325kcal)
【マーボー丼のあん】	【カリーブルスト】	【豚肉のみそマヨ炒め】	【鶏のから揚げ】
冷凍豆腐（便利とうふ）	酵母入りウィンナー	豚モモ肉	鶏モモ肉
豚ひき肉	トマトケチャップ	玉葱	食塩
しょうが	トマトピューレ	にんじん	清酒
にんにく	カレー粉	キャベツ	こいくちしょうゆ
干し椎茸	上白糖	ぶなしめじ	しょうが
玉葱	(小3まで1本102/小4から2本203kcal)	しょうが	かたくり粉
にら	【フライドポテト】	菜種サラダ油	米粉パウダー
まめプラスミート	メークイン	食塩	菜種白絞油
菜種サラダ油	菜種白絞油	白こしょう	(小3まで2個166/小4から3個249kcal)
清酒	(57/75/88kcal)	清酒	【小松菜のみそ汁】
上白糖	【レンズ豆のスープ】	上白糖	こまつな
トウバンジャン	レンズまめ(乾)	本みりん	にんじん
テンメンジャン	鶏モモ肉	エッグケアマヨネーズ	メークイン
とりがらスープ	にんじん	赤みそ（米みそ）	玉葱
こいくちしょうゆ	玉葱	かたくり粉	うすあげ
本みりん	セロリー	(111/145/171kcal)	かつお宗田節（だし用）
かたくり粉	しょうが	【ほうれん草のかきたま汁】	こんぶ（だし用）
ごま油	とりがらスープ	たまご	麦みそ
(146/191/225kcal)	食塩	ほうれんそう	(55/72/85kcal)
【レタス中華スープ】	白こしょう	絹ごしとうふ	【大豆ふりかけ】
ショルダーベーコン	本みりん	玉葱	大豆の華
レタス	ワイン風調味料	こんぶ（だし用）	ちりめん
にんじん	菜種サラダ油	かつお宗田節（だし用）	ごま(いり)
玉葱	(73/96/113kcal)	うすくちしょうゆ	菜種サラダ油
ぶなしめじ		食塩	清酒
しょうが		本みりん	塩こんぶ
とりがらスープ		かたくり粉	本みりん
本みりん		(55/71/84kcal)	上白糖
うすくちしょうゆ		【味付けのり】	こいくちしょうゆ
白こしょう		味付けのり	(23/30/35kcal)
食塩		1袋　(9kcal)	
かたくり粉			
ごま油			
(36/47/55kcal)			
530/651/742	553/787/817	523/638/726	592/764/831

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。

11月18日(水)	11月19日(木)	11月20日(金)	11月24日(火)
献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量
【牛乳】	【牛乳】	【りんごジュース】	【牛乳】
牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	りんごジュース　1本　(94kcal)	牛乳　1本　(137kcal)
【ごはん（健康米）】	【ごはん（健康米）】	【黒糖パン】	【ごはん（健康米）】
金賞健康米	金賞健康米	黒糖パン　1個	金賞健康米
(211/276/325kcal)	(211/276/325kcal)	(小3まで小205/小4から308kcal)	(211/276/325kcal)
【さばの香味だれがけ】	【ごぼうまぜごはんの具】	【鶏のフレーク焼き】	【鯵の竜田あげ】
さば	豚ひき肉	鶏モモ肉	とろあじ
清酒	干し椎茸	食塩	清酒
食塩	ごぼう	白こしょう	食塩
青ねぎ	つきこんにゃく	エッグケアマヨネーズ	かたくり粉
りんごピューレ	刻み昆布（日高昆布）	りんご酢	菜種白絞油
ごま(いり)	高野豆腐　極刻み	コーンフレーク	1切　(188kcal)
上白糖	菜種サラダ油	(小3まで1個113/小4から2個225kcal)	【タイピーエン】
こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	【茹でブロッコリー】	豚モモ肉
本みりん	上白糖	ブロッコリー	むきえび
かたくり粉	食塩	(6/8/9kcal)	にんじん
(小6まで小194/中1から大258kcal)	(58/76/89kcal)	【コーンクリームスープ】	玉葱
【のっぺい汁】	【みそちゃんこ風煮】	ショルダーベーコン	はくさい
うすあげ	鶏モモ肉	メークイン	たけのこ水煮
にんじん	鉄腕ミートボール	にんじん	干し椎茸
だいこん	はくさい	玉葱	しょうが
こまつな	だいこん	マッシュルーム水煮	春雨カット
冷凍さといも	白ねぎ	スイートコーン水煮	豚骨スープ白湯
つきこんにゃく	にんじん	コーンペースト	うすくちしょうゆ
干し椎茸	にんにく	パセリチップ	清酒
かつお宗田節（だし用）	しょうが	菜種サラダ油	本みりん
こんぶ（だし用）	かつお宗田節（だし用）	米粉パウダー	白こしょう
食塩	こんぶ（だし用）	有塩バター	食塩
うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	牛乳	ごま油
本みりん	本みりん	とりがらスープ	(114/149/175kcal)
かたくり粉	米みそ	白こしょう	【味付けのり】
(46/60/71kcal)	(91/119/140kcal)	食塩	味付けのり
【のり佃煮】	【大学芋】	脱脂粉乳	1袋　(9kcal)
焼きのり	さつまいも	(94/123/145kcal)	
上白糖	菜種白絞油		
清酒	うすくちしょうゆ		
こいくちしょうゆ	上白糖		
本みりん	本みりん		
かつお昆布だし	(88/115/135kcal)		
(10/14/16kcal)			
【ぶどうゼリー】			
ぶどうゼリー			
1個　(51kcal)			
649/732/858	563/694/792	512/758/781	659/759/834

日本の郷土料理を知ろう

≪熊本県≫

「タイピーエン」

漢字で書くと太平燕です。

熊本県発祥の中華料理で、

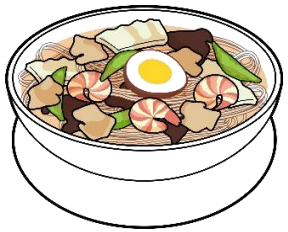
肉や野菜をたっぷり入れた

春雨スープです。

ゆで卵をのせることが

多いそうですが、給食では

ゆで卵は入れていません。



熊本県の献立

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。

11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)	11月30日(月)
献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量	献立名／材料／栄養量
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)	牛乳　1本　(137kcal)
【ごはん】	【食パン】	【トマトスパゲティ】	【ごはん（健康米）】
精白米	食パン　1個	カットスパゲティ	金賞健康米
(211/276/325kcal)	(小3まで小184/小4から大276kcal)	ショルダーベーコン	(211/276/325kcal)
【鶏の塩麹焼き】	【高野豆腐のミート焼き】	豚モモ肉	【手作りルゥのチキンカレー】
鶏モモ肉	豚ひき肉	マッシュルーム水煮	鶏モモ肉
しょうが	まめプラスミート	玉葱	しょうが
塩こうじ	にんにく	にんじん	ワイン風調味料
清酒	玉葱	赤ピーマン	菜種サラダ油
本みりん	にんじん	セロリー	カレー粉
(小3まで1個104/小4から2個207kcal)	メークイン	にんにく	玉葱
【五目豆】	菜種サラダ油	カットトマト水煮	にんじん
蒸し大豆	ワイン風調味料	オリーブ油	メークイン
にんじん	トマトケチャップ	トマトケチャップ	ソテーオニオン
うすあげ	トマトピューレ	ウスターソース	焙煎小麦粉
つきこんにゃく	濃厚ソース	上白糖	有塩バター
芽ひじき	高野豆腐	食塩	菜種サラダ油
ごま油	牛乳	白こしょう	カレー粉
清酒	白こしょう	とりがらスープ	コリアンダーシードパウダー
本みりん	食塩	ワイン風調味料	食塩
上白糖	パン粉（中目）	(216/283/333kcal)	白こしょう
こいくちしょうゆ	シュレッドチーズ	【粉チーズ（個包装）】	トマトピューレ
かつお昆布だし	(小3まで小1個121/小4から大1個242kcal)	パルメザンチーズ（個包装）	ウスターソース
(38/50/59kcal)	【白菜スープ】	1袋　(13kcal)	とりがらスープ
【麸のすまし汁】	酵母入りウィンナー	【レタススープ】	白いんげん豆ピューレ
星の麸	はくさい	メークイン	りんごピューレ
絹ごしとうふ	玉葱	レタス	脱脂粉乳
にんじん	にんじん	にんじん	(159/207/244kcal)
だいこん	マッシュルーム水煮	玉葱	【野菜ソテー】
乾燥わかめ	とりがらスープ	ぶなしめじ	酵母入りウィンナー
かつお宗田節（だし用）	食塩	とりがらスープ	キャベツ
こんぶ（だし用）	白こしょう	食塩	にんじん
食塩	本みりん	白こしょう	スイートコーン水煮
うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	本みりん	オリーブ油
本みりん	かたくり粉	うすくちしょうゆ	食塩
かたくり粉	(43/56/66kcal)	かたくり粉	白こしょう
(41/54/63kcal)	【いちごジャム】	(30/39/46kcal)	こいくちしょうゆ
	いちごジャム低糖度	【グリーンピースドーナツ】	上白糖
	1袋　(32kcal)	絹ごしとうふ	(40/53/62kcal)
		ホットケーキミックス	【アーモンドフィッシュ】
		グリンピースピューレ	アーモンドフィッシュごまなし
		粉糖	1袋　(24kcal)
		菜種白絞油	
		1個　(125kcal)	
531/724/791	517/743/753	521/597/654	571/697/792



※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。