令和8年11月（No.1）　　大阪府立佐野支援学校

学校給食予定献立表

11月の給食目標
給食が作られるまでを知ろう！

献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー（カロリー）
2日（月）	アシドミルク	180		○		小（低）
アシドミルク	バターロール	70	○			598
	いちごジャム	10	○			
バターロール	サーモンフライ	50	○	○		小（高）
	あげあぶら	3	○			662
いちごジャム	だいずみずに	13		○		
	ブロッコリー	20			○	中・高
サーモンフライ	キャベツ	15			○	793
	にんじん	10			○	
だいずと	ホールコーン	5			○	
ブロッコリーの	しろみそ	1.5		○		
みそマヨあえ	エッグケアマヨネーズ	11	○			
	ウインナー	13		○		
ウインナーと	たまねぎ	10			○	
あきやさいの	にんじん	10			○	
スープ	さつまいも	20	○			
	エリンギ	8			○	
	はくさい	15			○	
	オリーブオイル	0.6	○			
	しろワイン	1				
	しょうゆ	0.5				
	とりがらスープ	13				
	しお	0.3				
	こしょう	0.03				
	やさいブイヨン	0.9				
4日（水）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			625
	たまご	50		○		
にしょくどん	あぶら	3	○			小（高）
	さとう	0.7	○			692
じゃがいもと	さけ	2				
わかめの	しお	0.1				中・高
みそしる	とりミンチ	50		○		792
	たまねぎ	50			○	
	にんじん	25			○	
	さやいんげん	13			○	
	つちしょうが	1.3			○	
	あぶら	0.8	○			
	さとう	5.2	○			
	しょうゆ	7.8				
	さけ	2.6				
	みりん	2.6				
	とうふ	20		○		
	わかめ	0.4		○		
	じゃがいも	25	○			
	にんじん	10			○	
	しろねぎ	10			○	
	みそ	10		○		
	だしじる	1.8				

献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー（カロリー）
5日（木）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	75	○			576
	うどん	80	○			
ごはん	ぶたにく	25		○		小（高）
（すくなめ）	うすあげ	13		○		630
	たまねぎ	15			○	
カレーうどん	にんじん	10			○	中・高
	しろねぎ	10			○	711
こまつなと	ほうれんそう	13			○	
キャベツの	あぶら	1.3	○			
にびたし	カレールウ	10	○			
	カレーこ	0.3				
げんきヨーグルト	うすくちしょうゆ	6.5				
	みりん	3.2				
	だしじる	2.2				
	こまつな	18			○	
	キャベツ	35			○	
	にんじん	13			○	
	しょうゆ	2.5				
	みりん	2				
	だしじる	0.4				
	げんきヨーグルト	1個		○		
6日（金）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			577
	ぶたにく	45		○		
ごはん	はるさめ	15	○			小（高）
	とうふ	35		○		637
ぶたにくと	にら	8			○	
はるさめの	にんじん・たまねぎ	10			○	中・高
いためもの	たけのこ	15			○	728
	だいずもやし	15			○	
ちんげんさいの	にんにく・しょうが	0.6			○	
スープ	ごまあぶら・あぶら	1	○			
	しょうゆ・さけ					
	さとう	0.5	○			
	とりがらスープ	4				
	しお・こしょう					
	とりミンチ	15		○		
	ちんげんさい	15			○	
	たまねぎ	15			○	
	にんじん	10			○	
	しめじ	8			○	
	しろごま	0.3	○			
	あぶら	0.8	○			
	さけ・しょうゆ					
	うすくちしょうゆ	3				
	みりん	2				
	とりがらスープ	15				
	しお・こしょう					



お米をきれいあらってくれるきかいです。「せんまいき」といいます。

きゅうしょくしつでは、ごはんを約45kgたいています。たくさんのお米を人のてであらうのはたいへんなので、このきかいをつかいます。



野菜をこまかくきるきかいです。「スライサー」といいます。

野菜をせんぎりやいちょうぎりにするときによくつかいます。

（仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。）

令和8年11月(No.2)　　大阪府立佐野支援学校

学校給食予定献立表

給食は調理員さんが心をこめて作っているよ！



献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー（カロリー）
9日(月)	ジョア（プレーン）	134		○		小(低)
ジョア	チーズパン	70	○			505
（プレーン）	にくだんご	50		○		
	じゃがいも	30	○			小(高)
チーズパン	たまねぎ	25			○	582
	にんじん	15			○	
にくだんごの	キャベツ	20			○	中・高
トマトに	ブロッコリー	25			○	743
	にんにく	0.8			○	
きりぼしだいこん	トマトみずに	25			○	
ときゅうりの	オリーブオイル	1	○			
サラダ	ケチャップ	11				
	あかワイン	3				
	しょうゆ・こしょう					
	さとう	0.5	○			
	とりがらスープ	4				
	やさいブイヨン	0.7				
	きりぼしだいこん	3			○	
	にんじん	15			○	
	きゅうり	20			○	
	ホールコーン	8			○	
	だいずのはな	1.1		○		
	りんごす	4				
	オリーブオイル	1.3	○			
	しお・こしょう					
	さとう	0.8	○			
	しょうゆ	0.3				
10日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			626
	ぶたにく	60		○		
かみかみどん	あつあげ	30		○		小(高)
	ささがきごぼう	20			○	685
とりささみと	えのきだけ	8			○	
かんてんの	たけのこ	15			○	中・高
さっぱりサラダ	こまつな	13			○	777
	にんじん	10			○	
セレクトデザート	しょうが	0.6			○	
	しろごま	0.6	○			
	あぶら	1	○			
	さとう	2.2	○			
	しょうゆ	6.5				
	さけ・みりん	2				
	だしじる	0.4				
	ささみフレーク	13		○		
	かんてんこんにゃく	0.8		○		
	ほうれんそう	20			○	
	だいずもやし	18			○	
	にんじん	10			○	
	りんごす・しょうゆ					
	さとう	2	○			
	しお・こしょう	0.1				
	あぶら	2	○			
	りんごゼリー	どちら	○			
	りんごヨーグルト	か1個		○		



スチームコンベクションオーブンで魚や肉などをやいたり、サラダの野菜をむしたりします。



献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー（カロリー）
11日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			568
	ひじき	0.8		○		
ごはん	こまつな	12			○	小(高)
	しょうゆ・みりん					627
こまつなと	しろごま	0.8	○			
ひじきの	ごまあぶら	0.8	○			中・高
ふりかけ	さとう	0.4	○			717
	ぎゅうにく	35		○		
いもに	さといも	55	○			
	だいこん・ごぼう	30			○	
すましじる	にんじん・しろねぎ	13			○	
	いたこんにゃく	18	○			
	さとう	3.3	○			
	しょうゆ・さけ					
	だしじる	0.9				
	うすあげ	10		○		
	とうふ	18		○		
	ほうれんそう	18			○	
	えのきだけ・にんじん	8			○	
	うすくちしょうゆ	2.6				
	さけ・しお					
	だしじる・だしこんぶ					
12日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			555
	しゅうまい	54	○	○		
ごはん	ささみフレーク	15		○		小(高)
	にんじん	45			○	599
しゅうまい	ごまあぶら	0.7	○			
	さけ・しょうゆ・みりん					中・高
にんじんしりしり	しお・だしじる					699
	とりにく	18		○		
はくさいと	とうふ	18		○		
だいこんの	だいこん・はくさい	20			○	
ちゅうかスープ	たまねぎ	10			○	
	あおねぎ	3			○	
みかん	しょうが	0.6			○	
	あぶら	1	○			
	さけ・しょうゆ・みりん					
	しお・こしょう					
	とりがらスープ	12				
	みかん	70			○	
13日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			569
	さのたまあじつけのり	1袋		○		
ごはん	ぶたにく	60		○		小(高)
	はくさいキムチ	30			○	626
さのたま	キャベツ	40			○	
あじつけのり	にら	8			○	中・高
	しめじ・しろねぎ	10			○	715
ぶたキムチ	たまねぎ	20			○	
	だいずもやし	28			○	
クッパ	にんにく・しょうが	0.7			○	
	ごまあぶら	1.3	○			
	さけ・しょうゆ・みりん					
	だしじる	0.4				
	とりにく	20		○		
	たまご	20		○		
	はくさい・にんじん	13			○	
	あおねぎ	3			○	
	ほししいたけ	0.5			○	
	にんにく	0.6			○	
	ごまあぶら	1	○			
	しょうゆ・うすくちしょうゆ					
	しお・こしょう					
	かたくりこ	1				
	とりがらスープ	13				

（仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。）