令和8年10月（No.3）　　大阪府立佐野支援学校

学校給食予定献立表

10月の給食目標
苦手な食べ物にも挑戦しよう

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）
19日（月）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	オリーブナン	70	○			608
	ぶたミンチ	18		○		
オリーブナン	ぎゅうミンチ	18		○		小（高）
	だいずみずに	20		○		687
こんさいと	ささがきごぼう	15			○	
だいずの	たまねぎ	40			○	中・高
キーマカレー	れんこん	20			○	832
	じゃがいも	25	○			
だいこんサラダ	にんじん	13			○	
	にんにく	0.5			○	
セレクトデザート	しょうが	0.5			○	
	あぶら	1	○			
	ウスターソース	1.3				
	ケチャップ	2.23				
	カレールウ	20	○			
	カレーこ	0.13				
	とりがらスープ	8				
	しお	0.1				
	こしょう	0.03				
	だいこん	35			○	
	きゅうり	15			○	
	にんじん	10			○	
	オリーブオイル	1.3	○			
	りんごす	5				
	しょうゆ	0.65				
	さとう	0.9	○			
	しお	0.1				
	こしょう	0.03				
	うんしゅうみかんゼリー	どちら	○			
	なしゼリー	か1つ	○			
20日（火）	アシドミルク	206		○		小（低）
アシドミルク	やきそばめん	130	○			563
	ぶたにく	40		○		
やきそば	キャベツ	25			○	小（高）
	ピーマン	10			○	623
さけとたっぷり	たまねぎ	20			○	
ねぎのしょうが	にんじん	13			○	中・高
スープ	だいずもやし	20			○	713
	あぶら	2.6	○			
フルーツミックス	やきそばソース	23				
	ウスターソース	1.3				
	ケチャップ	8.8				
	しお・こしょう					
	さけかくぎり	20		○		
	しろねぎ	18			○	
	はくさい	13			○	
	だいこん	13			○	
	つちしょうが	0.5			○	
	ごまあぶら	1.2	○			
	さけ	1.3				
	しょうゆ	0.65				
	うすくちしょうゆ	2.2				
	みりん	1.3				
	す	0.65				
	しお	0.2				
	だしじる・だしこんぶ					
	みかんかんづめ	25			○	
	りんごかんづめ	20			○	
	おうとうかん	20			○	



・月見を楽しむ日本の行事です。
・「栗名月」や「豆名月」とも言います。
・秋の実りに感謝して「栗」や「豆」をおそなえします。

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）
21日（水）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			628
	ぶたにく	45		○		
ごはん	うずらたまご	35		○		小（高）
	ちんげんさい・たまねぎ	20			○	695
はっぽうさい	はくさい	40			○	
（八宝菜）	にんじん・たけのこ	13			○	中・高
	ほししいたけ	0.5			○	796
だいがくいも	にんにく・しょうが	0.7				
（大学芋）	あぶら	0.8	○			
	しょうゆ・さけ・とりがらスープ					
	しお・こしょう	0.2				
	ごまあぶら	1.3	○			
	かたくりこ	3				
	さつまいも	65	○			
	あぶら	3	○			
	さとう	3.6	○			
	しょうゆ・みりん	1.8				
	くろごま	0.65	○			
22日（木）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			631
	とりにく	80		○		
ごはん	しお・こしょう・さけ					小（高）
	にんにく	0.65			○	665
チキンなんばん	かたくりこ	8				
	こむぎこ	4.5	○			中・高
こまつなの	あげあぶら	3	○			801
ごまあえ	さとう	2.6	○			
	しょうゆ・す	4.8				
なめことわかめ	エッグケアマヨネーズ	1袋	○			
のみそしる	こまつな・にんじん	15			○	
	はくさい	30			○	
	さとう	2	○			
	しろすりごま	0.8	○			
	しょうゆ・だしじる					
	なめこ	8			○	
	はくさい	18			○	
	たまねぎ・にんじん	15			○	
	あおねぎ	3			○	
	わかめ	0.5		○		
	うすあげ	10		○		
	みそ	10		○		
	だしじる	2.2				
23日（金）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	85	○			583
	ツナ	18		○		
えだまめの	むきえだまめ	20			○	小（高）
たきこみごはん	にんじん	10			○	643
	ひじき	1		○		
さといもと	さけ・みりん・うすくちしょうゆ					中・高
やさいの	だしじる・しお					755
おろしに	ぶたにく	30		○		
	さといも	50	○			
にゅうめん	だいこんおろし	20			○	
	はくさい	20			○	
	にんじん・しろねぎ	10			○	
	しめじ	8			○	
	しょうが	0.8			○	
	あぶら	0.8	○			
	うすくちしょうゆ	5				
	さとう	1.5	○			
	みりん・さけ・だしじる					
	そうめん	13	○			
	とりささみ	20		○		
	にんじん・ほうれんそう				○	
	うすくちしょうゆ	4				
	みりん・しお					
	だしじる・だしこんぶ					

（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10月（№4）　　大阪府立佐野支援学校

学校給食予定献立表

10月30日は
ハロウィンこんだてです！



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）
26日（月）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			575
	さのたまあじつけのり	1袋		○		
ごはん	ぎょうざ	51	○	○		小（高）
	あげあぶら	4	○			622
さのたま	ロースハム	10		○		
あじつけのり	はるさめ	5	○			中・高
	とうみょう	25			○	744
あげぎょうざ	にんじん	10			○	
	す	2.7				
バンサンスー	うすくちしょうゆ	1.6				
（拌三絲）	さとう	1.4	○			
	ごまあぶら	0.4	○			
タンホータン	しお	0.2				
	とりにく	18		○		
	たまご	22		○		
	こまつな	13			○	
	たまねぎ	15			○	
	にんじん	10			○	
	あぶら	1	○			
	うすくちしょうゆ	3				
	しょうゆ	1				
	みりん	0.5				
	とりがらスープ	13				
	しお	0.1				
	こしょう	0.02				
	かたくりこ	1				
27日（火）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			604
	ぎゅうミンチ	25		○		
ビビンバ	ぶたミンチ	25		○		小（高）
	たけのこ	13			○	668
トックスープ	ぜんまい	6.5			○	
	ほししいたけ	0.7			○	中・高
	しょうが	0.6			○	763
	あぶら	0.7	○			
	しょうゆ	5.8				
	さけ	2.6				
	さとう	2.5	○			
	ほうれんそう	25			○	
	だいずもやし	30			○	
	にんじん	15			○	
	さとう	1.7	○			
	しょうゆ	3.6				
	す	1				
	しろごま	1.3	○			
	ごまあぶら	1	○			
	トック	23	○			
	ぶたにく	13		○		
	ちんげんさい	13			○	
	たまねぎ	20			○	
	にら	4			○	
	あぶら	0.7	○			
	しょうゆ	3.2				
	さけ	2.6				
	とりがらスープ	15.3				
	しお	0.3				
	こしょう	0.03				
	かたくりこ	1.3				

10月30日（金）ハンバーグ（かぼちゃ型）

30日のハンバーグは、かぼちゃ型になっています。１人１つケチャップがついているので、ハンバーグにケチャップでかぼちゃの顔を書いてね！



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）
28日（水）	ジョア（ストロベリー）	125		○		小（低）
ジョア	スパゲティ	70	○			538
（ストロベリー）	ベーコン	25		○		
	たまねぎ	45			○	小（高）
ベーコンの	しめじ・まいたけ	8			○	589
トマトクリーム	ほうれんそう	20			○	
パスタ	マッシュルーム	8			○	中・高
	にんにく	0.7			○	662
かぶとにくだんご	オリーブオイル	4	○			
のスープ	トマトみずに	28			○	
	しろワイン・ケチャップ					
こめこの	とうにゅう	20		○		
スイートポテト	とりがらスープ	6.6				
	しお・こしょう					
	やさいブイヨン	0.7				
	にくだんご	40		○		
	かぶ	25			○	
	たまねぎ・にんじん	15			○	
	しろワイン	2				
	うすくちしょうゆ	0.65				
	とりがらスープ・やさいブイヨン					
	しお・こしょう	0.2				
	こめこのスイートポテト	1個	○			
29日（木）	ぎゅうにゅう	206		○		小（低）
ぎゅうにゅう	こめ	100	○			594
	ぶたにく	30		○		
ごはん	うずらたまご	30		○		小（高）
	あつあげ	25		○		657
みそおでん	だいこん	30			○	
	にんじん	15			○	中・高
ひじきとやさい	じゃがいも	40	○			751
のあかしそ	いたこんにゃく	15	○			
マヨネーズあえ	みそ・しろみそ	4.4		○		
	しょうゆ・さけ・みりん					
	さとう	2.2	○			
	だしじる	0.9				
	ひじき	1.2		○		
	キャベツ	15			○	
	にんじん・こまつな	10			○	
	れんこん	18			○	
	ホールコーン	5			○	
	エッグケアマヨネーズ	7	○			
	ゆかり	0.7				
	しょうゆ	0.5				
30日（金）	アシドミルク	180		○		小（低）
アシドミルク	パンプキンパン	70	○			525
	ハンバーグ（かぼちゃ型）	80		○		
パンプキンパン	ケチャップ	1袋				小（高）
	ブロッコリー	25			○	592
ハンバーグ	じゃがいも	25	○			
（かぼちゃがた）	にんじん	10			○	中・高
	にんにく	0.3			○	795
じゃがいもと	あぶら	0.5	○			
ブロッコリーの	しお・こしょう					
ソテー	やさいブイヨン	0.1				
	とりにく	15		○		
ほうれんそうの	ほうれんそう	20			○	
コーンスープ	たまねぎ・にんじん	15			○	
	しめじ	8			○	
	ソテードオニオン	6.6				
	あぶら	1	○			
	クリームコーン	20				
	ホワイトルウ	10	○			
	とうにゅう	25		○		
	しろワイン・やさいブイヨン					
	しお・こしょう	0.1				

（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。）