献立表は学校ホームページでもご覧いただけます。
ぜひご活用ください。
←思斉支援学校学校給食献立表へのリンク

令和8年11月　学校給食献立表

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。 ※栄養価は中・高等部のエネルギー量を記載しています。

大阪府立思斉支援学校

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)		11月11日(水)	
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】		【わかめごはん】		【パンプキンパン】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	90.0	パンプキンパン	1個	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0
【豚肉のしょうが焼き】		【肉団子の豆乳鍋風】		カットわかめ	1.5	【鶏肉のレモンバジル焼き】		【豚肉の塩こうじ焼き】		【鶏肉のさんしょう焼き】		【ホイコウロー】	
豚モモ(脂身付き)	70.0	ポーク・チキンミートボール	31.0	料理酒	4.0	鶏肉もも(皮付き)	80.0	豚モモ(脂身付き)	70.0	鶏肉もも(皮付き)	70.0	豚モモ(脂身付き)	80.0
料理酒	1.0	あつあげ	20.0	本みりん	4.0	食塩	0.3	料理酒	1.5	料理酒	1.5	料理酒	1.0
たまねぎ	20.0	キャベツ	50.0	食塩	0.5	こしょう	0.02	ピーマン	5.0	こいくちしょうゆ	4.5	キャベツ	50.0
しょうが	1.5	だいこん	30.0	【あんかけうどん】		白ワイン	3.1	しょうが	0.5	粉さんしょう	0.1	ピーマン	20.0
三温糖	2.0	にんじん	10.0	うどん(冷凍)	150	たまねぎ	20.0	塩こうじ	4.3	【ひじきの煮物】		白ねぎ	20.0
本みりん	2.0	しゅんぎく	5.0	豚モモ(脂身付き)	50.0	にんにく	0.2	本みりん	2.0	油揚げ	5.0	しょうが	1.0
こいくちしょうゆ	4.0	料理酒	4.0	料理酒	1.0	レモン(果汁)	1.4	こいくちしょうゆ	1.0	干ひじき	2.0	にんにく	0.5
【大根の甘酢あえ】		本みりん	4.0	はくさい	30.0	バジル(粉)	0.01	【鶏肉と根菜のいため煮】		にんじん	5.0	ごま油	1.5
だいこん	30.0	うすくちしょうゆ	6.0	白ねぎ	7.0	オリーブ油	1.6	鶏肉もも(皮付き)	20.0	大豆(水煮)	25.0	オイスターソース	1.8
はくさい	20.0	調製豆乳	30.0	油揚げ	5.0	【カラフルピクルス】		れんこん	20.0	三温糖	2.0	トウバンジャン	0.3
にんじん	10.0	だしこんぶ	0.5	ほうれんそう(冷凍)	20.0	ヤングコーン	9.2	たまねぎ	20.0	こいくちしょうゆ	2.0	赤だし味噌	3.0
三温糖	1.8	かつおぶし	2.0	しょうが	0.7	赤パプリカ	5.0	にんじん	10.0	かつお・こんぶだし	10.0	三温糖	1.2
食塩	0.3	【じゃがいもとにんじんのきんぴら】		うすくちしょうゆ	5.0	きゅうり	10.0	なたね油	0.3	【うすくず汁】		食塩	0.3
米酢	1.2	じゃがいも	45.0	本みりん	5.0	カリフラワー(冷凍)	24.4	三温糖	0.5	油揚げ	6.0	こいくちしょうゆ	1.8
【ほうれん草のみそ汁】		にんじん	15.0	食塩	0.2	米酢	3.3	こいくちしょうゆ	1.5	さといも(冷凍)	40.0	【中華風サラダ】	
油揚げ	6.0	さやいんげん(冷凍)	4.5	片栗粉	1.8	うすくちしょうゆ	1.6	かつお・こんぶだし	10.0	小松菜(冷凍)	35.0	チキンハム	10.0
ほうれんそう(冷凍)	25.0	三温糖	3.0	だしこんぶ	0.8	三温糖	1.6	【大根のみそ汁】		ぶなしめじ	10.0	きゅうり	30.0
たまねぎ	20.0	本みりん	3.0	かつおぶし	3.0	【野菜スープ】		だいこん	40.0	にんじん	10.0	りょくとうもやし	30.0
にんじん	10.0	料理酒	3.0	【五目豆】		たまねぎ	30.0	たまねぎ	30.0	食塩	0.5	赤パプリカ	5.0
赤みそ	8.0	こいくちしょうゆ	4.0	大豆(水煮)	20.0	にんじん	15.0	小松菜(冷凍)	10.0	うすくちしょうゆ	5.0	食塩	0.2
白みそ	6.5	ごま油	0.9	にんじん	15.0	じゃがいも	30.0	赤みそ	8.0	だしこんぶ	0.6	三温糖	1.0
だしこんぶ	0.5	かつお・こんぶだし	3.0	干し椎茸	1.0	コーン(冷凍)	6.0	白みそ	6.5	かつおぶし	2.5	米酢	0.8
かつおぶし	2.0	【小松菜のおひたし】		刻み昆布	1.0	パセリ(乾)	0.02	だしこんぶ	0.5	片栗粉	2.0	ごま油	0.5
		小松菜(冷凍)	40.0	三温糖	1.7	なたね油	0.5	かつおぶし	2.5			【とうふのスープ】	
		ぶなしめじ	10.0	うすくちしょうゆ	3.0	うすくちしょうゆ	1.4					とうふ	20.0
		食塩	0.3	本みりん	3.0	食塩	0.2					小松菜(冷凍)	30.0
		三温糖	1.0	かつお・こんぶだし	15.0	こしょう	0.03					にんじん	15.0
		こいくちしょうゆ	2.0			コンソメ	1.3					干し椎茸	1.0
												食塩	0.1
												こしょう	0.02
												うすくちしょうゆ	3.0
												中華スープ	2.1
エネルギー 691キロカロリー		エネルギー 695キロカロリー		エネルギー 801キロカロリー		エネルギー 728キロカロリー		エネルギー 702キロカロリー		エネルギー 746キロカロリー		エネルギー 696キロカロリー	

11月12日(木)		11月13日(金)		11月16日(月)		11月17日(火)		11月18日(水)		11月19日(木)		11月20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】		【アシドミルクPLUS】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	アシドミルクPLUS	180	牛乳	206
【ごはん】		【パンプキンパン】		【ごはん】		【ごはん】		【豚丼】		【キーマカレー】		【パンプキンパン】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0	パンプキンパン	1個	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	パンプキンパン	1個
【豚バラと白菜の煮込み】		【いちごジャム】		【鶏肉のからあげ】		【さばのおろしじょうゆがけ】		豚モモ(脂身付き)	55.0	鶏ひき肉	30.0	【鶏肉のバーベキューソース】	
豚ばら(脂身付)	40.0	いちごジャム（小袋）	15.0	鶏肉もも(皮付き)	90.0	さば(骨なし)	70.0	料理酒	1.5	豚ひき肉	30.0	鶏肉もも(皮付き)	75.0
はくさい	50.0	【フィッシュアンドチップス】		料理酒	1.8	料理酒	1.5	たまねぎ	60.0	にんにく	0.5	白ワイン	1.0
にんじん	15.0	たら(骨なし)	70.0	しょうが	0.9	食塩	0.2	にんじん	10.0	たまねぎ	40.0	食塩	0.1
ぶなしめじ	15.0	白ワイン	1.0	にんにく	1.0	大根おろし(冷凍)	20.0	ぶなしめじ	10.0	にんじん	15.0	こしょう	0.01
とりがらスープ	3.0	食塩	0.2	食塩	0.5	本みりん	2.0	白ねぎ	7.0	ピーマン	10.0	にんにく	0.1
こいくちしょうゆ	3.0	こしょう	0.02	こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	2.0	はくさい	10.0	コーン(冷凍)	4.0	りんごピューレ	12.0
三温糖	1.0	薄力粉	8.0	こいくちしょうゆ	1.7	【白菜のこんぶあえ】		こいくちしょうゆ	2.0	大豆(水煮)	10.0	三温糖	2.0
片栗粉	1.5	ベーキングパウダー	0.3	片栗粉	10.0	はくさい	55.0	三温糖	2.0	コンソメ	0.5	こいくちしょうゆ	2.0
【キャベツのゆかりあえ】		炭酸水	10.0	なたね油（揚げ油）	6.0	みつば	5.0	本みりん	1.3	アレルゲンフリーカレーフレーク	4.0	片栗粉	0.5
キャベツ	60.0	フライドポテト(ナチュラルカット)	42.9	【白菜と大葉の香味あえ】		にんじん	7.0	食塩	0.2	トマトケチャップ	4.1	【カリフラワーのピクルス】	
ゆかり	1.5	食塩	0.1	はくさい	50.0	塩こんぶ	1.8	【もやしのみそ汁】		りんごピューレ	6.1	カリフラワー(冷凍)	30.0
食塩	0.1	なたね油（揚げ油）	8.0	にんじん	10.0	ごま油	0.8	あつあげ	20.0	濃厚ソース（とんかつソース）	3.5	赤パプリカ	7.0
ごま油	0.8	【スコッチブロス】		しそ葉	1.0	【沢煮椀】		りょくとうもやし	20.0	カレー粉	0.8	ヤングコーン	10.0
【ぽかぽか汁】		鶏肉もも（皮なし）	15.0	こいくちしょうゆ	3.5	豚ばら(脂身付)	20.0	たまねぎ	30.0	食塩	0.3	三温糖	2.8
油揚げ	7.0	押し麦	6.0	三温糖	2.0	だいこん	40.0	カットわかめ	0.5	こしょう	0.02	食塩	0.3
だいこん	40.0	キャベツ	20.0	【あつあげのみそ汁】		にんじん	12.0	赤みそ	8.5	【ごぼうサラダ】		りんご酢	4.0
にんじん	15.0	ブロッコリー(冷凍)	20.0	あつあげ	20.0	干し椎茸	0.5	白みそ	6.3	洗いごぼう	30.0	うすくちしょうゆ	0.3
みつば	3.0	たまねぎ	30.0	じゃがいも	30.0	洗いごぼう	15.0	だしこんぶ	0.5	たまねぎ	20.0	【ウィンナーと野菜スープ】	
しょうが	1.0	白ねぎ	10.0	キャベツ	30.0	うすくちしょうゆ	4.0	かつおぶし	2.8	にんじん	15.0	カットウィンナー	10.8
食塩	0.1	にんじん	10.0	りょくとうもやし	20.0	食塩	0.4	【国産やさいゼリー】		コーン(冷凍)	6.0	キャベツ	30.0
うすくちしょうゆ	4.0	コーン(冷凍)	4.0	赤みそ	9.0	だしこんぶ	0.5	国産やさいゼリー	70.0	食塩	0.1	にんじん	15.0
だしこんぶ	0.5	セロリ	8.0	白みそ	3.0	かつおぶし	2.0			米酢	0.3	ぶなしめじ	5.0
かつおぶし	2.0	コンソメ	1.5	だしこんぶ	0.5					うすくちしょうゆ	0.3	ピーマン	7.0
片栗粉	1.0	とりがらスープ	6.0	かつおぶし	2.5					エッグケア(小袋)	10.0	パセリ(乾)	0.1
【納豆】		食塩	0.2							【ブルーベリーゼリー】		食塩	0.1
納豆(カップ)	30.0	こしょう	0.02							ブルーベリーゼリー	40.0	こしょう	0.03
												コンソメ	1.0
エネルギー 753キロカロリー		エネルギー 775キロカロリー		エネルギー 822キロカロリー		エネルギー 735キロカロリー		エネルギー 709キロカロリー		エネルギー 750キロカロリー		エネルギー 701キロカロリー	

11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)		11月30日(月)	
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
【ごはん】		【ごはん】		【ハヤシライス】		【パンプキンパン】		【ごはん】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	パンプキンパン	1個	精白米(キヌヒカリ)	95.0
【赤魚のしょうゆだれかけ】		【豚じゃが】		和牛モモ(脂肪なし)	60.0	【肉団子のトマト煮】		【マーボー春雨】	
あかうお(骨なし)	70.0	豚モモ(脂身付き)	55.0	赤ワイン	1.0	ポーク・チキンミートボール	51.0	豚ひき肉	50.0
料理酒	3.1	料理酒	1.2	なたね油	0.5	ブロッコリー(冷凍)	34.5	緑豆はるさめ	20.0
本みりん	4.1	じゃがいも	50.0	たまねぎ	40.0	たまねぎ	40.0	たまねぎ	40.0
うすくちしょうゆ	4.1	糸こんにゃく	15.0	じゃがいも	40.0	にんじん	10.0	にら	5.0
かつお・こんぶだし	2.7	たまねぎ	40.0	にんじん	15.0	マッシュルーム	10.2	にんじん	15.0
【じゃがいものそぼろ煮】		にんじん	10.0	グリンピース(冷凍)	4.1	にんにく	0.5	白ねぎ	5.0
豚ひき肉	20.0	三温糖	3.0	マッシュルーム	10.3	オリーブ油	0.5	しょうが	0.5
じゃがいも	60.0	本みりん	0.5	トマト(缶)	12.2	トマト(缶)	25.3	にんにく	0.5
たまねぎ	40.0	うすくちしょうゆ	2.5	ローレル	0.02	トマトケチャップ	5.5	干し椎茸	0.5
にんじん	20.0	こいくちしょうゆ	2.5	アレルゲンフリーハヤシフレーク	13.6	三温糖	1.0	なたね油	0.5
しいたけ	10.0	食塩	0.1	中濃ソース	2.0	食塩	0.2	赤だし味噌	5.0
グリンピース(冷凍)	5.0	かつお・こんぶだし	10.0	ウスターソース	1.0	こしょう	0.01	トウバンジャン	0.2
こいくちしょうゆ	2.5	【小松菜のおろしあえ】		【キャベツとパプリカのピクルス】		ローレル	0.01	料理酒	1.0
本みりん	1.0	小松菜(冷凍)	40.0	キャベツ	40.0	ウスターソース	1.0	三温糖	0.8
三温糖	1.5	はくさい	20.0	赤パプリカ	10.0	とりがらスープ	3.0	こいくちしょうゆ	3.0
かつおぶし	1.2	えのきたけ	10.0	三温糖	1.5	【コールスローサラダ】		ごま油	0.5
【とうふとわかめのみそ汁】		大根おろし(冷凍)	30.0	食塩	0.3	キャベツ	40.0	片栗粉	1.0
とうふ	40.0	こいくちしょうゆ	1.0	りんご酢	1.6	きゅうり	15.0	【きゅうりともやしの中華あえ】	
カットわかめ	1.0	米酢	4.0	うすくちしょうゆ	0.3	にんじん	5.0	りょくとうもやし	25.0
えのきたけ	5.0	食塩	0.2	【みかんゼリー】		コーン(冷凍)	10.2	きゅうり	25.0
たまねぎ	30.0	三温糖	2.0	みかんゼリー	70.0	なたね油	2.0	三温糖	2.0
葉ねぎ	5.0	【油揚げのみそ汁】				三温糖	1.0	米酢	2.5
赤みそ	8.5	油揚げ	6.0			りんご酢	2.0	中華スープ	0.5
白みそ	6.5	たまねぎ	30.0			食塩	0.3	ごま油	0.5
だしこんぶ	0.5	りょくとうもやし	30.0			こしょう	0.02	【あつあげのしょうがじょうゆかけ】	
かつおぶし	2.5	にんじん	10.0			【ソフール元気ヨーグルト】		あつあげ	50.0
		赤みそ	8.5			ソフール元気ヨーグルト	70.0	しょうが	0.5
		白みそ	6.3					三温糖	1.2
		だしこんぶ	0.5					こいくちしょうゆ	2.0
		かつおぶし	2.2						
		【思斉支援学校味付けのり】							
		思斉支援学校味付けのり	3.0						
エネルギー 718キロカロリー		エネルギー 725キロカロリー		エネルギー 773キロカロリー		エネルギー 764キロカロリー		エネルギー 773キロカロリー	



加工品の原材料について

11月12日（木） 納豆（カップ）

原材料	【納豆】大豆、納豆菌 【納豆のたれ】植物性たんぱく加水分解物、醤油、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、昆布エキス、かつお節エキス、醸造酢、米発酵調味料、食塩、酵母エキス 【練からし】からし、水飴、食塩、醸造酢、食用なたね油、レモン果汁、発酵調味料、澱粉
表示対象アレルゲン	小麦・大豆

11月25日（水）は
小学部児童のイラスト
をデザインした味付け
のりを提供します！

