



※^{こんだて}献立は^{ざいりょうはんによ}材料搬入の都合により^{つごう}変更することがあります。^{へんこう}※^{えいようか}栄養価は^{ちゅうこうとうぶ}中・高等部の^{りょうきさい}エネルギー量を記載しています。

大阪府立思斉支援学校

10月1日(木)		10月2日(金)		10月5日(月)		10月6日(火)		10月7日(水)		10月8日(木)		10月9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】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう		【牛乳】 ぎゅうにゅう	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
【ごはん】		【オーブパン】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【おさつパン】	
精白米(キヌヒカリ)	95.0	オーブパン	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	おさつパン	1個
【チンジャオロースー】		【鶏肉のレモンバジル焼き】 とりにく		【肉みそキャベツ】 にく		【さわらの塩こうじ焼き】 しお		【焼きとり(塩味)】 やきとり		【豚肉のおろし醤油かけ】 ぶたにく		【きのこのクリームシチュー】 しじょうゆ	
和牛モモ(脂肪なし)	40.0	鶏肉もも(皮付き)	80.0	豚ひき肉	50.0	さわら(骨なし)	70.0	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)	60.0
料理酒	1.5	食塩	0.3	キャベツ	40.0	料理酒	1.0	しょうが	1.0	料理酒	1.5	白ワイン	1.0
こいくちしょうゆ	1.3	こしょう	0.02	ピーマン	20.0	本みりん	4.0	料理酒	1.0	食塩	0.2	ぶなしめじ	15.0
ピーマン	25.0	白ワイン	3.1	にんじん	10.0	こいくちしょうゆ	1.0	食塩	0.2	大根おろし(冷凍)	15.0	マッシュルーム	10.0
たけのこ(水煮)	25.0	たまねぎ	20.0	しょうが	0.5	塩こうじ	6.5	白ねぎ	20.0	本みりん	2.0	エリンギ	10.0
にんじん	15.0	にんにく	0.2	なたね油	0.7	【五目豆】 ごもくまめ		【高野豆腐のそばろあん】 こうやとうふ		こいくちしょうゆ	2.5	ブロッコリー(冷凍)	20.0
しょうが	0.8	レモン(果汁)	1.4	こいくちしょうゆ	1.5	大豆(水煮)	20.0	高野豆腐	15.0	ゆず(果汁)	0.5	じゃがいも	35.0
なたね油	0.6	バジル(粉)	0.01	三温糖	0.5	にんじん	15.0	鶏ひき肉	20.0	【ごぼうのマヨ風味サラダ】 ごぼう		たまねぎ	30.0
三温糖	0.6	オリーブ油	1.6	トウバンジャン	0.1	干し椎茸	1.0	グリーンピース(冷凍)	3.0	洗いごぼう	30.0	にんじん	15.0
こいくちしょうゆ	0.6	【カラフルピクルス】		料理酒	1.5	刻み昆布	1.0	かつお・こんぶだし	10.0	たまねぎ	20.0	なたね油	0.5
オイスターソース	1.0	ヤングコーン	9.2	赤みそ	7.0	三温糖	1.7	うすくちしょうゆ	3.0	にんじん	15.0	アレルゲンフリーシチューフレーク	9.0
片栗粉	0.4	赤パプリカ	5.0	片栗粉	1.0	うすくちしょうゆ	3.0	本みりん	3.0	コーン(冷凍)	6.0	コンソメ	0.3
【もやしときゅうりの和え物】 あえもの		きゅうり	10.0	【ブロッコリーの昆布あえ】 こんぶ		本みりん	3.0	三温糖	3.0	食塩	0.1	【ささみサラダ】	
りょくとうもやし	45.0	カリフラワー(冷凍)	24.4	ブロッコリー(冷凍)	50.0	かつお・こんぶだし	15.0	片栗粉	1.0	米酢	0.3	チキンささみ(水煮)	20.0
きゅうり	15.0	米酢	3.3	塩こんぶ	1.8	【豚汁】 とんじる		【わかめのみそ汁】 わかも		うすくちしょうゆ	0.3	キャベツ	40.0
にんじん	10.0	うすくちしょうゆ	1.6	ごま油	0.8	豚ばら(脂身付)	30.0	油揚げ	7.0	エッグケア(小袋)	10.0	きゅうり	20.0
なたね油	0.5	三温糖	1.6	【小松菜のスープ】 こまつな		だいこん	20.0	カットわかめ	0.5	【小松菜のみそ汁】 こまつな		ピーマン	7.0
こいくちしょうゆ	1.4	【野菜スープ】 やさい		鶏肉もも(皮付き)	15.0	じゃがいも	30.0	えのきたけ	10.0	とうふ	20.0	りんご酢	2.2
食塩	0.1	たまねぎ	30.0	とうふ	30.0	にんじん	10.0	たまねぎ	30.0	小松菜(冷凍)	30.0	三温糖	1.8
ごま油	0.4	にんじん	15.0	えのきたけ	10.0	つきこんにゃく	10.0	葉ねぎ	5.0	たまねぎ	40.0	食塩	0.3
本みりん	0.6	じゃがいも	30.0	りょくとうもやし	15.0	赤みそ	7.0	赤みそ	8.0	えのきたけ	7.0	こしょう	0.02
【肉団子のスープ】 にくだんご		コーン(冷凍)	6.0	小松菜(冷凍)	25.0	白みそ	7.0	白みそ	6.5	赤みそ	8.5	【ブルーベリーゼリー】	
ポーク・チキンミートボール	40.0	パセリ(乾)	0.02	食塩	0.3	だしこんぶ	0.5	だしこんぶ	0.5	白みそ	6.5	ブルーベリーゼリー	40.0
小松菜(冷凍)	30.0	なたね油	0.5	こしょう	0.02	かつおぶし	2.5	かつおぶし	2.5	だしこんぶ	0.5		
たまねぎ	30.0	うすくちしょうゆ	1.4	うすくちしょうゆ	1.2					かつおぶし	2.5		
にんじん	10.0	食塩	0.2	中華スープ	1.5								
なたね油	0.3	こしょう	0.03	片栗粉	1.5								
食塩	0.2	コンソメ	1.3										
こしょう	0.01												
うすくちしょうゆ	0.5												
中華スープ	2.0												
ごま油	0.01												
エネルギー 696キロカロリー		エネルギー 706キロカロリー		エネルギー 685キロカロリー		エネルギー 806キロカロリー		エネルギー 823キロカロリー		エネルギー 747キロカロリー		エネルギー 784キロカロリー	

10月13日(火)		10月14日(水)		10月15日(木)		10月16日(金)		10月19日(月)		10月20日(火)		10月21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】		【ごはん】		【ココアツイスト】		【ビビンバ】		【ひじきごはん】		【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)	95.0	ココアツイスト	1個	精白米(キヌヒカリ)	95.0	精白米(キヌヒカリ)	80.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0
【鶏肉のからあげ】		【豚肉のすき焼き風煮】		【マーボー豆腐】		【鶏肉のガーリック焼き】		鶏ひき肉	60.0	鶏ひき肉	20.0	【豚肉のみそマヨネーズ風味焼き】	
鶏肉もも(皮付き)	90.0	豚モモ(脂肪なし)	65.0	とうふ	74.0	鶏肉もも(皮付き)	80.0	にんにく	0.3	油揚げ	4.0	豚モモ(脂肪なし)	70.0
料理酒	1.8	焼き豆腐	30.0	豚ひき肉	50.0	白ワイン	1.5	ごま油	0.7	にんじん	10.0	たまねぎ	15.0
しょうが	1.0	糸こんにゃく	30.0	たまねぎ	40.0	食塩	0.2	三温糖	2.2	干し椎茸	0.3	料理酒	1.2
にんにく	1.2	たまねぎ	30.0	にら	5.0	黒こしょう	0.02	料理酒	1.5	干ひじき	3.0	赤だし味噌	2.1
食塩	0.6	はくさい	30.0	にんじん	15.0	にんにく	0.3	こいくちしょうゆ	3.0	うすくちしょうゆ	4.0	こしょう	0.02
こしょう	0.02	白ねぎ	15.0	白ねぎ	5.0	オリーブ油	0.5	コチジャン	0.8	料理酒	3.0	エッグケア	10.3
こいくちしょうゆ	1.8	こいくちしょうゆ	7.0	しょうが	0.5	【マッシュポテト】		だいこん	40.0	本みりん	3.0	【白菜のゆずの香あえ】	
片栗粉	8.0	三温糖	5.0	にんにく	0.5	じゃがいも	60.0	ほうれんそう(冷凍)	30.0	なたね油	0.5	はくさい	60.0
なたね油(揚げ油)	7.0	料理酒	1.0	干し椎茸	0.5	調製豆乳	9.8	りょくとうもやし	15.0	かつお・こんぶだし	100	にんじん	10.0
【大根の甘酢あえ】		食塩	0.2	なたね油	0.5	食塩	0.2	にんじん	15.0	【芋煮】		三温糖	1.5
だいこん	60.0	【白菜と大葉の香味あえ】		赤だし味噌	5.1	コンソメ	0.5	三温糖	1.4	和牛モモ(脂身付き)	30.0	食塩	0.3
にんじん	15.0	はくさい	50.0	トウバンジャン	0.3	こしょう	0.02	食塩	0.2	さといも(冷凍)	45.0	米酢	1.0
三温糖	1.8	にんじん	10.0	料理酒	1.0	【ミネストローネ】		こいくちしょうゆ	2.9	にんじん	15.0	うすくちしょうゆ	0.8
食塩	0.3	しそ葉	1.0	三温糖	0.8	ベーコン	10.0	ごま油	0.6	たまねぎ	40.0	ゆず(果汁)	1.0
米酢	1.2	こいくちしょうゆ	3.0	こいくちしょうゆ	2.0	大豆(水煮)	10.0	【中華スープ】		板こんにゃく	15.0	【みぞれ汁】	
【油揚げのみそ汁】		三温糖	2.0	テンメンジャン	2.0	たまねぎ	30.0	とうふ	30.0	ぶなしめじ	10.0	あつあげ	30.0
油揚げ	8.0	【ほうれん草のすまし汁】		ごま油	0.5	キャベツ	20.0	小松菜(冷凍)	30.0	白ねぎ	10.0	大根おろし(冷凍)	30.0
小松菜(冷凍)	20.0	鶏肉もも(皮なし)	20.0	片栗粉	1.0	じゃがいも	30.0	たまねぎ	15.0	三温糖	3.5	にんじん	15.0
たまねぎ	40.0	ほうれんそう(冷凍)	30.0	【きゅうりともやしの中華あえ】		にんにく	0.2	にら	5.0	本みりん	1.0	ぶなしめじ	10.0
にんじん	10.0	にんじん	10.0	りょくとうもやし	25.0	トマト(缶)	20.0	にんじん	10.0	こいくちしょうゆ	3.0	葉ねぎ	5.0
赤みそ	8.5	干し椎茸	1.0	きゅうり	25.0	トマトケチャップ	9.8	干し椎茸	0.5	赤みそ	5.0	しょうが	1.0
白みそ	6.5	食塩	0.2	三温糖	2.0	とりがらスープ	2.5	しょうが	0.5	だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	4.0
だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	4.0	米酢	2.5	食塩	0.3	こいくちしょうゆ	1.4	かつおぶし	2.0	本みりん	3.0
かつおぶし	2.0	だしこんぶ	0.5	中華スープ	0.5	こしょう	0.03	食塩	0.2	【小松菜のおろしあえ】		食塩	0.3
		かつおぶし	2.5	ごま油	0.5	オリーブ油	0.2	こしょう	0.02	小松菜(冷凍)	40.0	だしこんぶ	0.5
				【中華ポテト】		三温糖	0.8	うすくちしょうゆ	0.6	はくさい	20.0	かつおぶし	2.5
				さつまいも	60.0	コンソメ	1.2	中華スープ	1.3	えのきたけ	5.0	片栗粉	1.5
				なたね油(揚げ油)	5.0			【ソファール元気ヨーグルト】		大根おろし(冷凍)	30.0		
				三温糖	3.0			ソファール元気ヨーグルト	70.0	こいくちしょうゆ	1.0		
				こいくちしょうゆ	0.5					米酢	4.0		
				本みりん	1.0					食塩	0.2		
										三温糖	2.0		
										郷土料理			
										山形県			
エネルギー 824キロカロリー		エネルギー 680キロカロリー		エネルギー 805キロカロリー		エネルギー 817キロカロリー		エネルギー 688キロカロリー		エネルギー 666キロカロリー		エネルギー 721キロカロリー	

10月22日(木)		10月23日(金)		10月26日(月)		10月27日(火)		10月28日(水)		10月29日(木)		10月30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】		【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
【ごはん】		【パンプキンパン】		【ごはん】		【ごはん】		【カレーピラフ】		【ごはん】		【きなこ揚げパン】	
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)	85.0	精白米(キヌヒカリ)	95.0	コッペパン	1個
【揚げたらの和風あんかけ】		【鶏肉のバーベキューソース】		【鶏肉のチリソース】		【さばのみそ煮】		とりがらスープ		【筑前煮】		なたね油(揚げ油)	
たら(骨なし)	70.0	鶏肉もも(皮付き)	75.0	鶏肉もも(皮付き)	70.0	さば(骨なし)	70.0	コンソメ	0.5	鶏肉もも(皮付き)	75.0	グラニュー糖	6.0
食塩	0.2	白ワイン	1.0	たまねぎ	30.0	料理酒	4.0	豚ひき肉	15.0	れんこん	20.0	きなこ	6.0
片栗粉	8.0	食塩	0.1	ピーマン	10.0	赤みそ	5.0	たまねぎ	30.0	にんじん	20.0	【鶏肉のトマト煮込み】	
なたね油(揚げ油)	6.0	こしょう	0.01	食塩	0.2	しょうが	1.0	にんじん	10.0	しいたけ	10.0	鶏肉もも(皮付き)	40.0
たまねぎ	20.0	にんにく	0.1	こしょう	0.01	三温糖	3.0	コーン(冷凍)	6.0	洗いごぼう	15.0	たまねぎ	40.0
チンゲンサイ	20.0	りんごピューレ	12.0	料理酒	1.0	本みりん	2.0	オリーブ油	0.2	板こんにゃく	9.7	にんじん	15.0
にんじん	10.0	三温糖	2.0	しょうが	0.5	だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	2.0	なたね油	1.0	ぶなしめじ	5.0
干し椎茸	0.4	こいくちしょうゆ	2.0	にんにく	0.5	【ささみともやしの和え物】		カレー粉	0.3	三温糖	2.0	大豆(水煮)	8.0
三温糖	4.0	片栗粉	0.5	トウバンジャン	0.2	チキンささみ(水煮)	20.0	食塩	0.6	本みりん	1.5	トマト(缶)	40.0
うすくちしょうゆ	4.0	【ツナとキャベツのソテー】		三温糖	3.0	りょくとうもやし	30.0	こしょう	0.1	うすくちしょうゆ	1.2	にんにく	0.5
米酢	3.5	まぐろ油漬け(フレーク)	17.7	こいくちしょうゆ	2.0	きゅうり	10.0	【スパイシーチキン】		こいくちしょうゆ	2.5	オリーブ油	1.0
片栗粉	2.0	キャベツ	40.0	トマトケチャップ	10.9	にんじん	10.0	鶏肉もも(皮付き)	90.0	かつお・こんぶだし	40.0	コンソメ	1.0
【ブロッコリーのおかかあえ】		ピーマン	10.0	【チンゲンサイの中華あえ】		なたね油	0.5	にんにく	0.5	【大根の甘酢あえ】		トマトケチャップ	6.0
ブロッコリー(冷凍)	40.0	にんじん	5.0	チンゲンサイ	30.0	こいくちしょうゆ	1.4	しょうが	0.5	だいこん	55.0	三温糖	1.0
たまねぎ	20.0	なたね油	0.5	りょくとうもやし	30.0	食塩	0.1	トウバンジャン	0.5	にんじん	15.0	食塩	0.1
にんじん	10.0	食塩	0.3	にんじん	10.0	ごま油	0.4	こいくちしょうゆ	2.0	三温糖	1.8	こしょう	0.01
かつおぶし(糸削り)	0.4	こしょう	0.02	三温糖	0.5	本みりん	0.6	カレー粉	0.1	食塩	0.3	【きゅうりとコーンのサラダ】	
三温糖	1.0	【ウィンナーと野菜のスープ】		米酢	1.5	【けんちん汁】		食塩	0.1	米酢	1.2	ブロッコリー(冷凍)	30.0
米酢	0.0	カットウィンナー	10.0	こいくちしょうゆ	1.5	あつあげ	20.0	三温糖	2.0	【ほうれん草のみそ汁】		キャベツ	30.0
うすくちしょうゆ	1.0	たまねぎ	50.0	ごま油	0.4	さといも(冷凍)	35.0	【ABCマカロニスープ】		油揚げ	7.0	コーン(冷凍)	10.0
【豆腐とわかめのみそ汁】		にんじん	10.0	【ビーフンスープ】		だいこん	20.0	アルファベットマカロニ	4.5	ほうれんそう(冷凍)	25.0	三温糖	0.8
とうふ	20.0	ぶなしめじ	10.0	ビーフン	10.0	にんじん	10.0	ブロッコリー(冷凍)	20.0	たまねぎ	40.0	米酢	0.8
カットわかめ	0.5	パセリ(乾)	0.01	はくさい	40.0	葉ねぎ	5.0	キャベツ	20.0	赤みそ	9.0	うすくちしょうゆ	0.3
たまねぎ	30.0	食塩	0.1	にんじん	10.0	干し椎茸	0.5	たまねぎ	30.0	白みそ	6.4	なたね油	0.4
えのきたけ	10.0	こしょう	0.03	にら	5.0	つきこんにゃく	5.0	にんじん	15.0	だしこんぶ	0.5		
葉ねぎ	5.0	コンソメ	1.0	とりがらスープ	2.0	だしこんぶ	0.5	食塩	0.3	かつおぶし	2.5		
赤みそ	8.5			うすくちしょうゆ	2.0	かつおぶし	2.5	こしょう	0.02				
白みそ	6.5			本みりん	1.2	うすくちしょうゆ	4.0	コンソメ	1.0				
だしこんぶ	0.5			ごま油	1.0	本みりん	2.0	【パンプキンババロア】					
かつおぶし	2.5			食塩	0.4	食塩	0.3	パンプキンババロア(2026)	28.0				
						ごま油	0.5	ハロウィン献立					
													
エネルギー 713キロカロリー		エネルギー 751キロカロリー		エネルギー 703キロカロリー		エネルギー 751キロカロリー		エネルギー 721キロカロリー		エネルギー 755キロカロリー		エネルギー 721キロカロリー	

加工品の原材料について

10月28日（水） パンプキンババロア（2026）

原材料	【パンプキンババロア】砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、豆乳加工食品（植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他）、かぼちゃペースト、カラメルソース、食塩、水、 ＜使用添加物＞ゲル化剤（増粘多糖類、加エデンプン）、炭酸Ca、乳化剤、pH調整剤、香料、ピロリン酸第二鉄、セルロース 【放りクリーム】豆乳加工食品（植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他）、砂糖、水あめ、 ＜使用添加物＞安定剤（増粘多糖類）、乳化剤 pH調整剤、セルロース、香料
表示対象 アレルギー	大豆