



令和8年10月 学校給食献立表



大阪府立平野支援学校

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)		
献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム
牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00
ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	コンソメライス	精白米	85.00	他人丼	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00
豚キムチ (217kcal)	豚ばら	50.00	さわらの	さわら	70.00	(296kcal)	コンソメ	1.80	(491kcal)	鶏卵	45.00	鶏肉の	鶏肉もも	70.00	かしわの	鶏肉もも	45.00
	はくさい(キムチ)	15.00	西京焼き	白みそ	5.00	ポークチャップ	豚もも	60.00	鶏卵 除去 対応	和牛もも	40.00	あまからあげ	食塩	0.20	すき焼き煮	清酒(純米酒)	1.30
	はくさい	35.00	(130kcal)	うすくちしょうゆ	0.70	(134kcal)	玉葱	50.00		清酒(純米酒)	1.00	(203kcal)	白こしょう	0.02	(119kcal)	焼きふ(親世ふ)	3.00
	玉葱	30.00		清酒(純米酒)	1.00		マッシュルーム(水煮)	10.00		玉葱	50.00		かたくり粉	12.00		木綿豆腐	30.00
	にら	7.00		本みりん	1.00		にんにく	0.20		にんじん	10.00		こめ油(揚げ油)	8.00		はくさい	40.00
	ごま油	0.50		上白糖	1.00		トマトケチャップ	8.00		干し椎茸	0.50		こいくちしょうゆ	3.00		玉葱	20.00
	しょうが	0.50	吉野汁	鶏肉もも	15.00		トマトピューレ	5.00		切りみつば	3.00		本みりん	1.30		しいたけ	5.00
	上白糖	2.00	(57kcal)	木綿豆腐	20.00		ウスターソース	5.00		上白糖	1.00		上白糖	2.00		白ねぎ	15.00
	こいくちしょうゆ	3.00		こまつな	20.00		コンソメ	0.30		本みりん	0.50	なめこのみそ汁	絹ごし豆腐	20.00		こめ油	0.50
	食塩	0.10		干し椎茸	0.50		上白糖	1.50		食塩	0.30	(54kcal)	なめこ	15.00		上白糖	1.50
白こしょう	0.02		だいこん	20.00		こめ油	1.00	うすくちしょうゆ		3.00		はくさい	30.00		本みりん	1.00	
中華スープ (37kcal)	鶏肉もも	10.00		食塩	0.40	野菜スープ	ショルダーベーコン	10.00		こいくちしょうゆ	2.00		葉ねぎ	5.00		食塩	0.10
	木綿豆腐	20.00		うすくちしょうゆ	4.00	(37kcal)	玉葱	25.00		削り節・こんぶだし	30.00		白みそ	4.00		こいくちしょうゆ	5.00
	チンゲンサイ	25.00		だしこんぶ	0.60		にんじん	15.00	けんちん汁	木綿豆腐	20.00		赤みそ	11.00	わかめのすまし汁	薄揚げ	5.00
	にんじん	15.00		削り節	2.30		はくさい	30.00	(58kcal)	さといも(冷)	25.00		だしこんぶ	0.50	(44kcal)	玉葱	20.00
	干し椎茸	0.50		かたくり粉	2.00		食塩	0.50		ごぼう	10.00		削り節	2.00		カットわかめ	0.50
	食塩	0.20	切干だいこんの	薄揚げ	10.00		白こしょう	0.02		こまつな	15.00	小松菜とうすあ	薄揚げ	8.00		にんじん	10.00
	白こしょう	0.02	いため煮	切干しだいこん	8.00		うすくちしょうゆ	1.20		にんじん	10.00	げのあえもの	こまつな	40.00		えのきたけ	10.00
	うすくちしょうゆ	4.00	(81kcal)	にんじん	15.00		鳥がらだし	15.00		こめ油 0.5 食塩 0.4	(42kcal)	えのきたけ	10.00		食塩	0.40	
鳥がらだし	12.00		こめ油	0.50	カリフラワーの	カリフラワー	50.00		うすくちしょうゆ	4.00		こいくちしょうゆ	3.00		うすくちしょうゆ	4.00	
ブロッコリーの サラダ (38kcal)	ブロッコリー	50.00		上白糖	1.50	サラダ	にんじん	10.00		だしこんぶ	0.50		本みりん	1.00		だしこんぶ	0.50
	にんじん	10.00		本みりん	1.00	(32kcal)	上白糖	2.50		削り節	2.00					削り節	2.00
	上白糖	2.50		うすくちしょうゆ	2.00		食塩	0.20	はくさいの	はくさい	55.00				きんぴらごぼう	豚もも	15.00
	食塩	0.20		こいくちしょうゆ	2.00		米酢	3.00	ゆず風味	にんじん	10.00				(61kcal)	ごぼう	30.00
	米酢	3.00		削り節昆布だし	30.00		こめ油	0.20	(18kcal)	上白糖	1.50					にんじん	15.00
	オリーブ油	0.30				ソフール	ソフール	100.00		食塩 0.2 米酢 1.0						こめ油 0.7 上白糖 2.0	
					(プレーン)				うすくちしょうゆ	0.80					こいくちしょうゆ	2.00	
					(92kcal)				ゆず(果汁)	1.00					本みりん	1.00	
エネルギー	710	kcal	エネルギー	686	kcal	エネルギー	717	kcal	エネルギー	693	kcal	エネルギー	717	kcal	エネルギー	642	kcal
たんぱく質	27.5	g	たんぱく質	37.2	g	たんぱく質	34.4	g	たんぱく質	32.2	g	たんぱく質	33.7	g	たんぱく質	32.8	g
脂質	29.8	g	脂質	22.4	g	脂質	17.9	g	脂質	22.2	g	脂質	25.5	g	脂質	17.3	g

10月9日(金)			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)			
献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	
牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	のむヨーグルト	アシドミルクPLUS	180.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	
おさつパン	おさつパン	105.00	ごはん	精白米	80.00	(133kcal)			ごはん	精白米	85.00	栗ごはん	精白米	85.00	ごはん	精白米	85.00	
クリームシチュー (147kcal)	鶏肉もも	45.00	しそのふりかけ (3kcal)	赤じそ(梅漬乾)	1.70	ごはん	精白米	85.00	さつまいもと鶏肉	鶏肉もも	50.00	(339kcal)	食塩	0.80	鶏肉の照り焼き	鶏肉もも	70.00	
	白ワイン	0.90			マーボー豆腐	牛ひき肉	10.00	の甘辛煮	清酒(純米酒)	0.80	こいくちしょうゆ		4.00	(105kcal)	玉葱	30.00		
	じゃがいも	40.00	かやくうどん (169kcal)	うどん	90.00	(165kcal)	豚ひき肉	30.00	(140kcal)	さつまいも	40.00		清酒(純米酒)	1.00		清酒(純米酒)	1.70	
	玉葱	40.00		鶏肉もも	25.00		木綿豆腐	60.00		ごぼう	20.00	日本ぐり	18.00	上白糖	1.70			
	にんじん	15.00		薄揚げ	5.00		玉葱	40.00		にんじん	15.00	赤魚のしょうゆ	赤魚	70.00	本みりん	1.70		
	ぶなしめじ	10.00		はくさい	30.00		にら	10.00		干し椎茸	0.50	だれかけ	食塩	0.50		こいくちしょうゆ	4.00	
	こめ油	0.50		にんじん	10.00		にんにく 0.5 しょうが 0.5			上白糖	1.50	(70kcal)	清酒(純米酒)	1.50	小松菜のみそ汁 (54kcal)	こまつな	25.00	
	アレルゲンフリーシチューフレーク	9.00		葉ねぎ	5.00		こめ油 0.5 食塩 0.2			本みりん	1.00		本みりん	0.30		玉葱	20.00	
	コンソメ	0.30	うすくちしょうゆ	4.50	トウバンジャン	0.20	食塩	0.10	うすくちしょうゆ	0.70				えのきたけ	10.00			
キャベツのひじき	キャベツ	50.00	豚肉とごぼうの 煮もの (79kcal)	本みりん	0.50	清酒(純米酒)	1.00	玉ねぎのみそ汁 (75kcal)	こいくちしょうゆ	4.00	うすくず汁	さといも(冷)	30.00		にんじん	15.00		
ドレッシング (29kcal)	にんじん	15.00		食塩	0.20	こいくちしょうゆ	2.50		削り節	1.00	(50kcal)	はくさい	30.00		白みそ	4.00		
	干ひじき	0.50		だしこんぶ	0.60	米みそ(赤色辛みそ)	4.00		薄揚げ	5.00		にんじん	15.00		赤みそ	11.00		
	上白糖	1.50		削り節	2.50	かたくり粉	1.00		玉葱	35.00		葉ねぎ	5.00		だしこんぶ	0.50		
	食塩	0.20		鶏肉とごぼうの 煮もの (79kcal)	豚もも	35.00	ビーフンスープ		鶏肉もも	10.00		にんじん	15.00	食塩	0.50	高野豆腐の いり煮 (82kcal)	鶏肉ひき肉	15.00
	米酢	1.00			清酒(純米酒)	1.00	ビーフン		5.00	ぶなしめじ		10.00	うすくちしょうゆ	5.00	高野豆腐		8.00	
	うすくちしょうゆ	1.00			ごぼう	20.00	カットわかめ		0.50	葉ねぎ		5.00	だしこんぶ	0.50	にんじん		10.00	
	こめ油	0.50			玉葱	20.00	はくさい		30.00	白みそ		4.00	削り節	2.00	干ひじき		0.50	
みかん(缶) (32kcal)	みかん(缶)	50.00		にんじん	10.00	にんじん	10.00		赤みそ	11.00	さやいんげんの ごまあえ (34kcal)	さやいんげん	40.00		こめ油	0.50		
			上白糖	1.60	葉ねぎ	5.00	だしこんぶ	0.50	にんじん	15.00		上白糖	1.30					
			食塩	0.10	食塩 0.2 白こしょう 0.02		削り節	2.00	ごま(ねり)	2.30	食塩	0.20						
			こいくちしょうゆ	1.80	うすくちしょうゆ	4.00	はくさいの酢の物	はくさい	35.00	上白糖	0.80	うすくちしょうゆ	1.80					
			削り節昆布だし	10.00	鳥がらだし	12.00	(24kcal)	にんじん	15.00	こいくちしょうゆ	2.00		削り節昆布だし	40.00				
			もやしの ごま酢あえ (29kcal)	りよくとうもやし	40.00	えのきたけ		10.00										
				さやいんげん	15.00	上白糖		2.50										
				にんじん	10.00	食塩		0.20										
				ごま(いり)	1.00	米酢		2.00										
						うすくちしょうゆ 0.8 食塩 0.3												
			上白糖 2.3 米酢 2.0															
エネルギー	657	kcal	エネルギー	648	kcal	エネルギー	661	kcal	エネルギー	657	kcal	エネルギー	619	kcal	エネルギー	659	kcal	
たんぱく質	27.9	g	たんぱく質	31.5	g	たんぱく質	27.1	g	たんぱく質	30.1	g	たんぱく質	29.8	g	たんぱく質	37.4	g	
脂質	19.7	g	脂質	14.9	g	脂質	14.8	g	脂質	14.8	g	脂質	13.6	g	脂質	19.0	g	

10月20日(火)		10月21日(水)		10月22日(木)		10月23日(金)		10月26日(月)		10月27日(火)	
献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム	献立 (エネルギー)	使用材料 グラム
牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00	牛乳	牛乳 206.00
中華丼 (446kcal)	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00	1/2コッペパン	1/2コッペパン 55.00	ごはん	精白米 85.00	ごはん	精白米 85.00	ビーフカレー	精白米 85.00
	豚モモ(脂身付き) 50.00	筑前煮	鶏肉もも 40.00	和風スパゲッティ	鶏肉もも 35.00	さけフライ	しろさけ 60.00	豚肉と野菜の	豚もも 50.00	ライス	和牛もも 45.00
	清酒(純米酒) 1.00	(117kcal)	だいこん 30.00	(252kcal)	白ワイン 0.60	(195kcal)	食塩 0.30	塩こうじいため	食塩 0.20	(504kcal)	じゃがいも 30.00
	絹厚揚げ 15.00		れんこん 10.00		ショルダーベーコン 10.00		白こしょう 0.02	(114kcal)	清酒(純米酒) 1.00		玉葱 50.00
	玉葱 40.00		ごぼう 20.00		スパゲッティ 45.00		薄力粉 5.00		塩麴 4.50		にんじん 15.00
	はくさい 30.00		にんじん 20.00		ほうれんそう 30.00		パン粉 12.00		チンゲンサイ 20.00		マッシュルーム(水煮) 8.00
	たけのこ(水煮) 15.00		しいたけ 10.00		ぶなしめじ 15.00		こめ油(揚げ油) 6.00		キャベツ 40.00		にんにく 0.50
	にんじん 15.00		さといも(冷) 30.00		玉葱 40.00		とんかつソース 5.00		ぶなしめじ 10.00		こめ油 0.50
	チンゲンサイ 15.00		こめ油 0.5 上白糖 1.0		しそ葉 1.00	豚汁	豚もも 15.00		玉葱 30.00		食塩 0.30
	干し椎茸 0.50		本みりん 1.0 食塩 0.2		にんにく 0.50	(74kcal)	じゃがいも 20.00		にんじん 10.00		ローレル 0.01
	こめ油 1.00		うすくちしょうゆ 2.50		オリーブ油 0.50		だいこん 15.00		しょうが 0.50		カレールウ 15.00
	上白糖 1.0 食塩 0.2		こいくちしょうゆ 2.50		食塩 0.5 白こしょう 0.02		にんじん 10.00		にんにく 0.20		りんごピューレ 4.00
	白こしょう 0.02		削り節 0.80		うすくちしょうゆ 3.50		ごぼう 8.00		上白糖 2.00		鳥がらだし 5.00
	こいくちしょうゆ 2.20	はくさいの	はくさい 40.00		焼きのり 小袋 0.30		葉ねぎ 5.00		こいくちしょうゆ 3.50	キャベツの	キャベツ 50.00
	うすくちしょうゆ 2.20	すまし汁	にんじん 15.00	コンソメスープ	キャベツ 30.00		赤みそ 7.00		かたくり粉 1.00	サラダ	にんじん 15.00
	かたくり粉 1.00	(25kcal)	えのきたけ 10.00	(29kcal)	じゃがいも 25.00		白みそ 4.00		こめ油 0.50	(25kcal)	上白糖 1.30
わかめスープ (28kcal)	カットわかめ 0.50		葉ねぎ 5.00		にんじん 15.00		だしこんぶ 0.60	ふのみそ汁	焼きふ(観世ふ) 3.00		食塩 0.20
	じゃがいも 25.00		干し椎茸 0.50		コンソメ 1.00		削り節 2.00	(66kcal)	玉葱 30.00		米酢 1.50
	えのきたけ 15.00		食塩 0.40		うすくちしょうゆ 1.00	キャベツの	キャベツ 50.00		にんじん 15.00		こめ油 0.30
	にんじん 15.00		うすくちしょうゆ 4.00		鳥がらだし 2.50	赤じそあえ	りょくとうもやし 20.00		えのきたけ 10.00	りんご(缶)	りんご(缶) 50.00
	鳥がらだし 10.00		だしこんぶ 0.5 削り節 2.0		食塩 0.2 白こしょう 0.02	(16kcal)	赤じそ(梅漬乾) 1.20		葉ねぎ 5.00	(41kcal)	
	食塩 0.30	ひじき入り	干ひじき 3.00	ごぼうサラダ	ごぼう 30.00		上白糖 0.30		白みそ 4.00		
	白こしょう 0.02	鶏そぼろ	鶏肉ひき肉 20.00	(99kcal)	玉葱 20.00		うすくちしょうゆ 1.00		赤みそ 11.00		
金時豆の甘煮 (49kcal)	金時豆 13.00	(66kcal)	しそ葉 0.30		にんじん 15.00				だしこんぶ 0.50		
	上白糖 5.0 食塩 0.1		ごま(いり) 1.00		えだまめ(冷) 5.00			かぼちゃの甘煮	削り節 2.00		
	こいくちしょうゆ 1.00		上白糖 2.4 こめ油 0.3		食塩 0.1 米酢 0.3			(53kcal)	西洋かぼちゃ 50.00		
ぶどうゼリー (46kcal)	国産ぶどうゼリー 50.00		うすくちしょうゆ 3.00		うすくちしょうゆ 0.30				上白糖 3.00		
			本みりん 2.50		エッグケア(卵不使用) 10.00				こいくちしょうゆ 1.00		
	清酒(純米酒) 1.20			くりのムース(98kcal)	くりのムース 45.00				清酒(純米酒) 1.00		
エネルギー	695 kcal	エネルギー	626 kcal	エネルギー	768 kcal	エネルギー	703 kcal	エネルギー	651 kcal	エネルギー	696 kcal
たんぱく質	28.2 g	たんぱく質	29.5 g	たんぱく質	31.0 g	たんぱく質	35.8 g	たんぱく質	30.8 g	たんぱく質	24.8 g
脂質	17.6 g	脂質	15.4 g	脂質	29.0 g	脂質	20.5 g	脂質	14.4 g	脂質	22.7 g

10月28日(水)			10月29日(木)			10月30日(金)		
献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム	献立 (エネルギー)	使用材料	グラム
牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00	牛乳	牛乳	206.00
ごはん	精白米	85.00	豚丼	精白米	85.00	コンソメライス	精白米	85.00
肉だんごの	ポークチキンミートボール	45.00	(443kcal)	豚肩ロース(脂肪なし)	50.00	(296kcal)	コンソメ	1.80
甘酢あん	ピーマン	20.00		清酒(純米酒)	1.50	鶏肉の	鶏肉もも	70.00
(176kcal)	玉葱	50.00		玉葱	50.00	バジル風味	白ワイン	2.00
	たけのこ(水煮)	10.00		にんじん	15.00	(88kcal)	食塩	0.30
	にんじん	15.00		ぶなしめじ	8.00		白こしょう	0.03
	しょうが	0.50		こめ油	0.50		オリーブ油	0.80
	顆粒中華だし	0.60		上白糖 2.0 食塩 0.2			バジル(粉)	0.05
	上白糖	6.00		本みりん	1.30	ABCマカロニ	ショルダーベーコン	5.00
	こいくちしょうゆ	6.00		こいくちしょうゆ	4.00	スープ	ABCマカロニ	5.00
	トマトケチャップ	5.00		うすくちしょうゆ	2.00	(48kcal)	キャベツ	35.00
	米酢	3.50		さつまいも	25.00		玉葱	20.00
春雨スープ	こめ油	1.00	みそ汁	玉葱	20.00		にんじん	15.00
	かたくり粉	1.20	(84kcal)	にんじん	15.00		コンソメ	1.00
	鶏肉もも	10.00		えのきたけ	10.00		うすくちしょうゆ	1.00
	普通はるさめ(乾)	5.00		葉ねぎ	5.00		鳥がらだし	2.50
	チンゲンサイ	25.00		白みそ 4.0 赤みそ 11.0			食塩	0.20
	にんじん	15.00		だしこんぶ	0.50		白こしょう	0.02
	干し椎茸	0.50		削り節	2.00	マセドアンサラダ	じゃがいも	35.00
	食塩	0.20	大豆の五目煮	薄揚げ	5.00	(40kcal)	にんじん	10.00
	白こしょう	0.02	(49kcal)	大豆(国産、ゆで)	7.00		えだまめ(冷)	5.00
	うすくちしょうゆ	4.00		にんじん	10.00		玉葱	10.00
あつあげのしょう	鳥がらだし	12.00		れんこん	5.00		こめ油	0.50
	絹厚揚げ	50.00		しいたけ	10.00		米酢	1.80
	しょうが	1.00		干ひじき	1.50		食塩	0.40
	上白糖	2.00		上白糖	1.00		白こしょう	0.02
がじょうゆかけ	こいくちしょうゆ	2.50		本みりん	0.50	パンプキン	パンプキンババロア	28.00
(82kcal)				こいくちしょうゆ	1.50	ババロア		
				削り節・こんぶだし	20.00	(38kcal)		
エネルギー	たんぱく質	脂質	715 kcal	27.3 g	23.1 g	エネルギー	たんぱく質	脂質
			702 kcal	29.7 g	21.5 g		636 kcal	29.8 g
								17.2 g

* 食材購入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。
* 中学部・高等部の栄養量を表示しています。小学部は約7割です。

加工品の原材料について

10月22日(木) 栗のムース

原材料	ショートニング、砂糖、水あめ、マーガリン、粉あめ、食物繊維（イヌリン）、ぶどう糖果糖液糖、栗あん、粉末状大豆たん白、ココアパウダー、ゼラチン、食塩、香料、ゲル化剤（増粘多糖類）、乳化剤、着色料（カロチノイド）、ピロリン酸第二鉄、水
表示対象アレルゲン	大豆・ゼラチン

10月30日(金) パンプキンババロア

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、ゲル化剤（増粘多糖類、加工デンプン）、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【絞りクリーム】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、安定剤（増粘多糖類）、乳化剤、pH調整剤、セルロース、香料
表示対象アレルゲン	大豆