# 令和8年11月　学校給食献立表

大阪府立平野支援学校

| 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） | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | のむヨーグルト | アシドミルクPLUS | 180.00 | 牛乳 | 牛乳 | 206.00 |
| ごはん | 精白米 | 85.00 | ミルメークココア | ミルメーク（ココア） | 12.50 | ごはん | 精白米 | 85.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 | （133kcal） | | | ごはん | 精白米 | 85.00 |
| 芋煮 | 和牛もも | 35.00 | （35kcal） | | | あつあげの | 豚もも | 40.00 | さばのみそ煮 | まさば | 70.00 | 和風カレー丼 | 精白米 | 85.00 | 鶏肉の | 鶏肉もも | 70.00 |
| （145kcal） | さといも(冷) | 50.00 | ハヤシライス | 精白米 | 85.00 | オイスターソース | 絹厚揚げ | 50.00 | （182kcal） | 赤みそ | 5.00 | （463kcal） | 豚もも | 40.00 | あまからあげ | 食塩 | 0.20 |
| | ごぼう | 15.00 | （516kcal） | 和牛もも | 40.00 | いため | チンゲンサイ | 30.00 | | しょうが | 1.00 | | 清酒(純米酒) | 1.20 | （203kcal） | 白こしょう | 0.02 |
| | まいたけ | 10.00 | | じゃがいも | 30.00 | （154kcal） | にんじん | 20.00 | | 上白糖 | 5.00 | | 薄揚げ | 7.00 | | かたくり粉 | 12.00 |
| | にんじん | 15.00 | | にんじん | 15.00 | | エリンギ | 10.00 | | 清酒(純米酒) | 5.00 | | 玉葱 | 50.00 | | こめ油(揚げ油) | 8.00 |
| | 白ねぎ | 10.00 | | 玉葱 | 40.00 | | しょうが | 0.50 | けんちん汁 | 木綿豆腐 | 20.00 | | にんじん | 15.00 | | こいくちしょうゆ | 3.00 |
| | 清酒(純米酒) | 1.00 | | こめ油 | 0.50 | | にんにく | 0.10 | （54kcal） | さといも(冷) | 25.00 | | 白ねぎ | 12.00 | | 本みりん | 1.30 |
| | 本みりん | 1.50 | | トマトピューレ | 5.00 | | こいくちしょうゆ | 2.50 | | ごぼう | 10.00 | | しょうが | 0.50 | | 上白糖 | 2.00 |
| | こいくちしょうゆ | 3.00 | | トマトケチャップ | 8.00 | | かたくり粉 | 0.80 | | こまつな | 15.00 | | カレー粉 | 0.10 | ふのみそ汁 | 焼きふ(観世ふ) | 3.00 |
| | うすくちしょうゆ | 1.00 | | ローレル | 0.03 | | 鳥がらだし | 1.50 | | にんじん | 10.00 | | こめ油 | 0.50 | （64kcal） | 玉葱 | 30.00 |
| | 食塩 | 0.20 | | 食塩 | 0.80 | | オイスターソース | 2.00 | | 食塩 | 0.40 | | 食塩 | 0.20 | | にんじん | 15.00 |
| | だしこんぶ | 0.50 | | 白こしょう | 0.03 | | 上白糖 | 0.80 | | うすくちしょうゆ | 4.00 | | カレールウ | 12.00 | | ぶなしめじ | 5.00 |
| | 削り節 | 2.00 | | デミグラスソース | 5.00 | | 清酒(純米酒) | 0.40 | | だしこんぶ | 0.50 | | こいくちしょうゆ | 1.50 | | 葉ねぎ | 5.00 |
| だいこんの | だいこん | 30.00 | | 中濃ソース | 3.00 | | こめ油 | 0.40 | | 削り節 | 2.00 | | 削り節」昆布だし | 60.00 | | 白みそ | 4.00 |
| みそ汁 | こまつな | 15.00 | | ウスターソース | 3.00 | 肉だんごの | ポークチキンミートボール | 30.00 | はくさいの | はくさい | 60.00 | 五目汁 | 木綿豆腐 | 20.00 | | 赤みそ | 11.00 |
| （66kcal） | 薄揚げ | 5.00 | | 薄力粉 | 7.00 | 中華スープ | キャベツ | 30.00 | ゆず風味 | にんじん | 10.00 | （35kcal） | だいこん | 20.00 | | だしこんぶ | 0.50 |
| | にんじん | 10.00 | | こめ油 | 6.00 | （80kcal） | にら | 5.00 | （19kcal） | 上白糖 | 1.50 | | にんじん | 10.00 | | 削り節 | 2.00 |
| | 白みそ | 4.00 | キャベツのひじき | キャベツ | 50.00 | | にんじん | 10.00 | | 食塩 | 0.20 | | ごぼう | 10.00 | 切干だいこんの | 薄揚げ | 10.00 |
| | 赤みそ | 11.00 | ドレッシング | にんじん | 15.00 | | 食塩 | 0.20 | | 米酢 | 1.00 | | 葉ねぎ | 5.00 | いため煮 | 切干しだいこん | 8.00 |
| | だしこんぶ | 0.50 | （29kcal） | 干ひじき | 0.50 | | 白こしょう | 0.02 | | うすくちしょうゆ | 0.80 | | 食塩 | 0.50 | （81kcal） | にんじん | 15.00 |
| | 削り節 | 2.00 | | 上白糖 | 1.50 | | うすくちしょうゆ | 4.00 | | ゆず(果汁) | 1.00 | | うすくちしょうゆ | 4.00 | | こめ油 | 0.50 |
| はくさいの | はくさい | 35.00 | | 食塩 | 0.20 | | 鳥がらだし | 12.00 | | | | | だしこんぶ | 0.50 | | 上白糖 | 1.50 |
| 酢の物 | にんじん | 15.00 | | 米酢 | 1.00 | ブロッコリーの | ブロッコリー | 50.00 | | | | | 削り節 | 1.00 | | 本みりん | 1.00 |
| （24kcal） | えのきたけ | 10.00 | | うすくちしょうゆ | 1.00 | サラダ | にんじん | 10.00 | | | | 焼きかぼちゃ | 西洋かぼちゃ | 60.00 | | うすくちしょうゆ | 2.00 |
| | 上白糖 | 2.50 | | こめ油 | 0.50 | （38kcal） | 上白糖 | 2.50 | | | | （47kcal） | 食塩 | 0.20 | | こいくちしょうゆ | 2.00 |
| | 食塩 | 0.20 | みかん（缶） | みかん(缶) | 50.00 | | 食塩 | 0.20 | | | | | | | | 削り節昆布だし | 30.00 |
| | 米酢 | 2.00 | （32kcal） | | | | 米酢 | 3.00 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | オリーブ油 | 0.30 | | | | | | | | | |
| エネルギー | 653 | kcal | エネルギー | 738 | kcal | エネルギー | 690 | kcal | エネルギー | 673 | kcal | エネルギー | 678 | kcal | エネルギー | 766 | kcal |
| たんぱく質 | 28.7 | g | たんぱく質 | 23.7 | g | たんぱく質 | 34.3 | g | たんぱく質 | 32.1 | g | たんぱく質 | 26.3 | g | たんぱく質 | 34.2 | g |
| 脂質 | 17.8 | g | 脂質 | 23.3 | g | 脂質 | 22.9 | g | 脂質 | 22.8 | g | 脂質 | 13.5 | g | 脂質 | 26.0 | g |

| 11月11日（水） | | | 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） | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | おさつパン | おさつパン | 105.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 |
| プルコギ | 和牛もも | 55.00 | 豚肉の | 豚肩ロース(脂肪なし) | 70.00 | BBQチキン | 鶏肉もも | 70.00 | ミートローフ | 牛ひき肉 | 30.00 | 豚肉ときのこの | 豚もも | 50.00 | マーボーどうふ | 牛ひき肉 | 10.00 |
| （163kcal） | 玉葱 | 45.00 | おろしソース | 清酒(純米酒) | 1.50 | （107kcal） | にんにく | 0.20 | （182kcal） | 豚ひき肉 | 30.00 | いためもの | まいたけ | 15.00 | （165kcal） | 豚ひき肉 | 30.00 |
| | にんじん | 15.00 | （161kcal） | 食塩 | 0.20 | | 清酒(純米酒) | 1.50 | | 絹ごし豆腐 | 35.00 | （96kcal） | ぶなしめじ | 10.00 | | 木綿豆腐 | 60.00 |
| | エリンギ | 10.00 | | だいこん | 20.00 | | トマトケチャップ | 7.50 | | 玉葱 | 25.00 | | キャベツ | 40.00 | | 玉葱 | 40.00 |
| | にら | 7.00 | | 葉ねぎ | 5.00 | | 中濃ソース | 4.50 | | にんじん | 5.00 | | にんじん | 15.00 | | にら | 10.00 |
| | しょうが | 0.50 | | 本みりん | 2.00 | | 上白糖 | 3.00 | | しょうが | 0.20 | | ごま油 | 0.50 | | しょうが | 0.50 |
| | にんにく | 0.30 | | こいくちしょうゆ | 2.50 | ポトフ | ウィンナー | 15.00 | | 食塩 | 0.50 | | 食塩 | 0.20 | | にんにく | 0.50 |
| | 上白糖 | 2.00 | | ゆず(果汁) | 0.80 | （95kcal） | さやいんげん | 5.00 | | 白こしょう | 0.02 | | こいくちしょうゆ | 2.00 | | こめ油 | 0.50 |
| | こいくちしょうゆ | 5.00 | 小松菜のみそ汁 | こまつな | 25.00 | | じゃがいも | 30.00 | | トマトケチャップ | 7.00 | | オイスターソース | 2.50 | | トウバンジャン | 0.20 |
| | トウバンジャン | 0.20 | （54kcal） | 玉葱 | 20.00 | | キャベツ | 35.00 | | ウスターソース | 6.00 | たまねぎの | 玉葱 | 25.00 | | 清酒(純米酒) | 1.00 |
| | こめ油 | 0.50 | | えのきたけ | 10.00 | | ブロッコリー | 20.00 | ABCマカロニ | ショルダーベーコン | 5.00 | みそ汁 | 絹ごし豆腐 | 25.00 | | 食塩 | 0.20 |
| | ごま(いり) | 1.00 | | にんじん | 15.00 | | にんじん | 15.00 | スープ | ABCマカロニ | 5.00 | （67kcal） | はくさい | 20.00 | | こいくちしょうゆ | 2.50 |
| ビーフンスープ | 鶏肉もも | 10.00 | | 白みそ | 4.00 | | 食塩 | 0.80 | （47kcal） | キャベツ | 35.00 | | にんじん | 15.00 | | 米みそ(赤色辛みそ) | 4.00 |
| （42kcal） | ビーフン | 5.00 | | 赤みそ | 11.00 | | 白こしょう | 0.02 | | 玉葱 | 20.00 | | 葉ねぎ | 5.00 | | かたくり粉 | 1.00 |
| | カットわかめ | 0.50 | | だしこんぶ | 0.50 | | うすくちしょうゆ | 1.20 | | にんじん | 10.00 | | 白みそ | 4.00 | わかめスープ | カットわかめ | 0.50 |
| | はくさい | 30.00 | | 削り節 | 2.00 | | 鳥がらだし | 15.00 | | コンソメ | 1.00 | | 赤みそ | 11.00 | （34kcal） | じゃがいも | 30.00 |
| | にんじん | 10.00 | 大豆の五目煮 | 薄揚げ | 5.00 | だいこんサラダ | だいこん | 45.00 | | うすくちしょうゆ | 1.00 | | だしこんぶ | 0.50 | | 玉葱 | 25.00 |
| | 葉ねぎ | 5.00 | （49kcal） | 大豆(国産、ゆで) | 7.00 | （20kcal） | にんじん | 15.00 | | 鳥がらだし | 2.50 | | 削り節 | 2.00 | | にんじん | 10.00 |
| | 食塩 | 0.20 | | にんじん | 10.00 | | 上白糖 | 1.00 | | 食塩 | 0.20 | 小松菜とうすあ | 薄揚げ | 8.00 | | 干し椎茸 | 0.50 |
| | 白こしょう | 0.02 | | れんこん | 5.00 | | 食塩 | 0.30 | | 白こしょう | 0.02 | げのあえもの | こまつな | 40.00 | | 鳥がらだし | 10.00 |
| | うすくちしょうゆ | 4.00 | | しいたけ | 10.00 | | 米酢 | 1.00 | マセドアンサラダ | じゃがいも | 35.00 | （42kcal） | えのきたけ | 10.00 | | 食塩 | 0.30 |
| | 鳥がらだし | 12.00 | | 干ひじき | 1.50 | | こめ油 | 0.30 | （40kcal） | にんじん | 10.00 | | こいくちしょうゆ | 3.00 | | 白こしょう | 0.02 |
| 焼きあつあげの | 絹厚揚げ | 60.00 | | 上白糖 | 1.00 | | | | | えだまめ(冷) | 5.00 | | 本みりん | 1.00 | | うすくちしょうゆ | 1.50 |
| 中華風 | しょうが | 1.20 | | 本みりん | 0.50 | | | | | 玉葱 | 10.00 | ソフール（いちご） | ソフール(ストロベリー) | 100.00 | 金時豆の甘煮 | 金時豆 | 13.00 |
| （101kcal） | ごま油 | 1.20 | | こいくちしょうゆ | 1.50 | | | | | こめ油 | 0.50 | （72kcal） | | | （49kcal） | 上白糖 | 5.00 |
| | 清酒(純米酒) | 1.80 | | 削り節・こんぶだし | 20.00 | | | | | 米酢 | 1.80 | | | | | 食塩 | 0.10 |
| | こいくちしょうゆ | 2.40 | やさいゼリー | やさいゼリー | 50.00 | | | | | 食塩 | 0.40 | | | | | こいくちしょうゆ | 1.00 |
| | 鳥がらだし | 1.20 | （28kcal） | | | | | | | 白こしょう | 0.02 | | | | | | |
| エネルギー | 724 | kcal | エネルギー | 710 | kcal | エネルギー | 671 | kcal | エネルギー | 687 | kcal | エネルギー | 695 | kcal | エネルギー | 666 | kcal |
| たんぱく質 | 34.7 | g | たんぱく質 | 32.7 | g | たんぱく質 | 34.9 | g | たんぱく質 | 29.1 | g | たんぱく質 | 36.7 | g | たんぱく質 | 27.1 | g |
| 脂質 | 27.6 | g | 脂質 | 24.2 | g | 脂質 | 22.2 | g | 脂質 | 23.9 | g | 脂質 | 18.6 | g | 脂質 | 20.6 | g |

| 11月19日（木） | | | 11月20日（金） | | | 11月21日（土） | | | 11月25日（水） | | | 11月26日（木） | | | 11月27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 | 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 |
| ごはん | 精白米 | 85.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 | （133kcal） | | | 黒糖パン | 黒糖パン | 111.00 | ごはん | 精白米 | 85.00 | コンソメライス | 精白米 | 85.00 |
| 肉じゃが | 和牛もも | 35.00 | 豚肉とれんこん | 豚もも | 60.00 | カレーライス | 精白米 | 90.00 | 肉だんごの | ポークチキンミートボール | 45.00 | 鶏肉の照り焼き | 鶏肉もも | 70.00 | （296kcal） | コンソメ | 1.80 |
| （137kcal） | 清酒(純米酒) | 1.20 | のごまみそ焼き | れんこん | 30.00 | （502kcal） | 豚もも | 45.00 | トマト煮 | ブロッコリー | 35.00 | （105kcal） | 玉葱 | 30.00 | ほきフライのオー | ホキ | 60.00 |
| | じゃがいも | 55.00 | （150kcal） | 玉葱 | 30.00 | | じゃがいも | 33.00 | （148kcal） | 玉葱 | 30.00 | | 清酒(純米酒) | 1.70 | ロラソースかけ | 食塩 | 0.30 |
| | 玉葱 | 30.00 | | ごま(ねり) | 4.00 | | 玉葱 | 55.00 | | マッシュルーム(水煮) | 8.00 | | 上白糖 | 1.70 | （220kcal） | 白こしょう | 0.03 |
| | にんじん | 15.00 | | 上白糖 | 1.00 | | にんじん | 17.00 | | にんじん | 15.00 | | 本みりん | 1.70 | | 薄力粉 | 7.00 |
| | こめ油 0.5 上白糖 | 1.0 | | こいくちしょうゆ | 2.50 | | マッシュルーム(水煮) | 8.50 | | にんにく | 0.50 | | こいくちしょうゆ | 4.00 | | パン粉 | 8.00 |
| | 本みりん 0.5 食塩 | 0.1 | | 赤みそ | 3.00 | | にんにく | 0.50 | | オリーブ油 | 0.30 | みそラーメン | 中華めん | 45.00 | | こめ油(揚げ油) | 6.00 |
| | こいくちしょうゆ | 2.50 | 吉野汁 | 木綿豆腐 | 20.00 | | こめ油 | 0.50 | | トマト缶詰 | 25.00 | （215kcal） | 豚もも | 20.00 | | エッグケア(卵不使用) | 10.00 |
| | うすくちしょうゆ | 3.00 | （43kcal） | こまつな | 20.00 | | 食塩 | 0.30 | | トマトケチャップ | 5.50 | | キャベツ | 30.00 | | トマトケチャップ | 3.00 |
| | 削り節 | 0.70 | | にんじん | 10.00 | | ローレル | 0.01 | | 上白糖 | 1.00 | | にんじん | 10.00 | | ウスターソース | 0.30 |
| はくさいの | 薄揚げ | 8.00 | | だいこん | 20.00 | | カレールウ | 17.00 | | 食塩 | 0.20 | | りょくとうもやし | 20.00 | ウインナーの | ウィンナー | 15.00 |
| すまし汁 | 絹ごし豆腐 | 20.00 | | 食塩 | 0.40 | | りんごピューレ | 4.50 | | 白こしょう | 0.01 | | 葉ねぎ | 5.00 | スープ | はくさい | 35.00 |
| （62kcal） | はくさい | 40.00 | | うすくちしょうゆ | 4.00 | | 鳥がらだし | 5.50 | | ローレル | 0.01 | | 食塩 | 0.40 | （66kcal） | 玉葱 | 20.00 |
| | にんじん | 10.00 | | だしこんぶ | 0.60 | ぶどうゼリー | 国産ぶどうゼリー | 50.00 | | ウスターソース | 1.00 | | 白こしょう | 0.02 | | にんじん | 10.00 |
| | 葉ねぎ | 5.00 | | 削り節 | 2.30 | （46kcal） | | | | 鳥がらだし | 3.00 | | うすくちしょうゆ | 1.30 | | 食塩 | 0.80 |
| | 干し椎茸 | 0.50 | | かたくり粉 | 2.00 | | | | ごぼうサラダ | ごぼう | 35.00 | | 本みりん | 0.60 | | 白こしょう | 0.02 |
| | 食塩 | 0.40 | さつまいもの甘煮 | さつまいも | 50.00 | | | | （104kcal） | 玉葱 | 15.00 | | 赤みそ | 9.00 | | うすくちしょうゆ | 1.20 |
| | うすくちしょうゆ | 4.00 | （77kcal） | 上白糖 | 3.00 | | | | | にんじん | 15.00 | | 鳥がらだし | 12.00 | | 鳥がらだし | 15.00 |
| | だしこんぶ | 0.50 | | 本みりん | 1.00 | | | | | えだまめ(冷) | 5.00 | | ごま油 | 0.20 | さやいんげんの | ショルダーベーコン | 15.00 |
| | 削り節 | 2.00 | | こいくちしょうゆ | 0.20 | | | | | ごま(いり) | 0.70 | のりのつくだ煮 | 干し椎茸 | 0.50 | ソテー | さやいんげん | 20.00 |
| ひじき入り | 干ひじき | 3.00 | | | | | | | | 食塩 | 0.10 | （20kcal） | 焼きのり | 2.50 | （58kcal） | 玉葱 | 20.00 |
| 鶏そぼろ | 鶏肉ひき肉 | 20.00 | | | | | | | | 米酢 | 0.30 | | 上白糖 | 0.50 | | じゃがいも | 25.00 |
| （66kcal） | しそ葉 | 0.30 | | | | | | | | うすくちしょうゆ | 0.30 | | 清酒(純米酒) | 1.00 | | オリーブ油 | 0.50 |
| | ごま(いり) | 1.00 | | | | | | | | エッグケア(卵不使用) | 10.00 | | 本みりん | 3.00 | | 食塩 | 0.50 |
| | 上白糖 2.4 こめ油 | 0.3 | | | | | | | りんごのムース | りんごのムース | 30.00 | | こいくちしょうゆ | 3.20 | | 白こしょう | 0.03 |
| | うすくちしょうゆ | 3.00 | | | | | | | （64kcal） | | | | 削り節昆布だし | 15.00 | | | |
| | 本みりん | 2.50 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 清酒(純米酒) | 1.20 | | | | | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | 683 | kcal | エネルギー | 688 | kcal | エネルギー | 681 | kcal | エネルギー | 786 | kcal | エネルギー | 740 | kcal | エネルギー | 766 | kcal |
| たんぱく質 | 31.2 | g | たんぱく質 | 31.9 | g | たんぱく質 | 23.1 | g | たんぱく質 | 26.8 | g | たんぱく質 | 39.0 | g | たんぱく質 | 30.7 | g |
| 脂質 | 22.4 | g | 脂質 | 16.9 | g | 脂質 | 12.1 | g | 脂質 | 31.1 | g | 脂質 | 15.7 | g | 脂質 | 30.6 | g |

| 11月30日（月） | | |
|---|---|---|
| 献立<br>（エネルギー） | 使用材料 | グラム |
| 牛乳 | 牛乳 | 206.00 |
| 豚ひき肉とにら | 精白米 | 85.00 |
| のそぼろ丼 | 豚ひき肉 | 50.00 |
| （432kcal） | 玉葱 | 45.00 |
| | にら | 10.00 |
| | にんじん | 13.00 |
| | しょうが | 0.60 |
| | にんにく | 0.20 |
| | こめ油 | 0.50 |
| | 清酒(純米酒） | 1.30 |
| | 上白糖 | 1.30 |
| | こいくちしょうゆ | 3.00 |
| | うすくちしょうゆ | 2.00 |
| うすくず汁 | さといも(冷） | 30.00 |
| （50kcal） | はくさい | 30.00 |
| | にんじん | 15.00 |
| | 葉ねぎ | 5.00 |
| | 食塩 | 0.50 |
| | うすくちしょうゆ | 5.00 |
| | だしこんぶ | 0.50 |
| | 削り節 | 2.00 |
| | かたくり粉 | 2.50 |
| キャベツの | キャベツ | 50.00 |
| 赤じそあえ | りょくとうもやし | 20.00 |
| （17kcal） | 赤じそ（梅漬乾） | 1.00 |
| | 上白糖 | 0.50 |
| | うすくちしょうゆ | 1.30 |
| カップdeヤクルト | カップdeヤクルト | 80.00 |
| （96kcal） | | |
| エネルギー | 721 | kcal |
| たんぱく質 | 28.4 | g |
| 脂質 | 23.5 | g |

＊食材購入等の都合により献立を変更する場合もありますので、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。