

がっこうきゅうしょく よていこんだて ひょう

学校給食予定献立表

大阪府立東住吉支援学校

2026年11月 2日(月)

エネルギー量：703kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉と里芋の炒め煮	
大根の酢の物	
小松菜のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉と里芋の炒め煮】	
さといも	50
豚モモ(脂身付き)	40
にんじん	20
糸こんにゃく	18
玉葱	20
白ねぎ	5
油	0
にんにく	0
しょうが	0
こいくちしょうゆ	5
上白糖	2
本みりん	1
コンソメ粉末	1
ごま油	0
水	40
【大根の酢の物】	
だいこん	50
はくさい	15
油揚げ	3
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
米酢	4
上白糖	2
だし昆布	0
いりこだし	0
水	4
【小松菜のみそ汁】	
厚揚げ	28
こまつな	15
玉葱	27
にんじん	5
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	175

2026年11月 4日(水)

エネルギー量：730kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉のチャプチェ	
豆腐のスープ	
洋なし(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉のチャプチェ】	
豚モモ(脂身付き)	50
清酒	2
にら	7
青ピーマン	8
干し椎茸	1
普通はるさめ(乾)	10
にんじん	15
たけのこ	18
玉葱	50
にんにく	0
しょうが	1
油	1
こいくちしょうゆ	8
オイスターソース	2
上白糖	2
食塩	0
白こしょう	0
ごま油	1
ごま(いり)	2
コチジャン	0
【豆腐のスープ】	
木綿豆腐	30
チンゲンツァイ	5
玉葱	25
にんじん	10
とりがらスープ	2
鶏がらだし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
ごま油	0
水	185
【洋なし(缶詰)】	
西洋なし(缶詰)	50

2026年11月 5日(木)

エネルギー量：738kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉の梅風味焼き	
大阪しろなのおかか和え	
じゃがいもとわかめのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉の梅風味焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	80
にんじん	10
玉葱	40
梅肉	4
こいくちしょうゆ	4
清酒	1
上白糖	1
【大阪しろなのおかか和え】	
りょくとうもやし	40
おおさかしろな	20
にんじん	10
糸かつお	1
粉かつお	0
こいくちしょうゆ	3
上白糖	1
本みりん	1
【じゃがいもとわかめのみそ汁】	
油揚げ	5
じゃがいも	45
玉葱	20
カットわかめ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	175

2026年11月 6日(金)

エネルギー量：746kcal	g
発酵乳	
おさつパン	
豚肉ときのこのデミグラスソース	
カリフラワーのピクルス	
ABCマカロニスープ	
【発酵乳】	
発酵乳	180
【おさつパン】	
おさつパン	70
【豚肉ときのこのデミグラスソース】	
豚モモ(脂身付き)	70
白ワイン	1
玉葱	80
エリンギ	10
ぶなしめじ	10
にんにく	1
油	0
食塩	0
白こしょう	0
ハヤシルウ	2
トマトケチャップ	9
濃厚ソース	4
ウスターソース	0
上白糖	1
水	14
【カリフラワーのピクルス】	
カリフラワー	31
だいこん	35
白ワインビネガー	3
上白糖	3
うすくちしょうゆ	2
【ABCマカロニスープ】	
アルファベットマカロニ	5
鶏若鶏肉ひき肉	5
キャベツ	20
にんじん	10
玉葱	30
コンソメ粉末	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	185

2026年11月 9日(月)

エネルギー量：669kcal	g
牛乳	
カレーうどん	
肉入りきんぴら	
寒天とダイスマスカットのゼリー	
※段階食　ダイスマスカットゼリー	
【牛乳】	
牛乳	206
【カレーうどん】	
うどん(ゆで)	180
豚モモ(脂身付き)	50
油揚げ	15
玉葱	50
にんじん	20
ぶなしめじ	10
白ねぎ	8
こいくちしょうゆ	4
食塩	0
カレー粉	0
カレールウ	16
だし昆布	0
いりこだし	3
水	155
【肉入りきんぴら】	
豚モモ(脂身付き)	15
ごぼう	45
にんじん	15
つきこんにゃく	15
さんどまめ	3
こいくちしょうゆ	4
上白糖	1
本みりん	1
清酒	1
ごま油	1
ごま(いり)	1
【寒天とダイスマスカットのゼリー】	
みつ豆用寒天	35
ダイスゼリー・国産シャインマスカット	34
【※段階食　ダイスマスカットゼリー】	
ダイスゼリー・国産シャインマスカット	50

2026年11月10日(火)

エネルギー量：769kcal	g
牛乳	
ごはん	
焼きとり	
チンゲンサイの柚子香和え	
五目みそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【焼きとり】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90
白ねぎ	35
しょうが	1
清酒	2
こいくちしょうゆ	8
本みりん	3
上白糖	4
かたくり粉	1
【チンゲンサイの柚子香和え】	
チンゲンツァイ	25
りょくとうもやし	35
にんじん	10
ゆず(果汁)	1
上白糖	2
食塩	0
米酢	1
【五目みそ汁】	
油揚げ	5
木綿豆腐	20
こまつな	5
ごぼう	5
だいこん	30
にんじん	10
干し椎茸	0
葉ねぎ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	175

2026年11月11日（水）

エネルギー量：802kcal	g
牛乳	
ごはん	
東住吉支援味付けのり	
豚肉とがんもどきの煮もの	
春雨サラダ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【東住吉支援味付けのり】	
味付けのり	4
【豚肉とがんもどきの煮もの】	
がんもどき	38
豚モモ（脂身付き）	30
じゃがいも	55
だいこん	40
玉葱	40
さんどまめ	15
にんじん	15
板こんにゃく	20
上白糖	2
本みりん	1
食塩	0
うすくちしょうゆ	4
こいくちしょうゆ	4
だし昆布	0
いりこだし	1
水	50
【春雨サラダ】	
緑豆はるさめ	10
きゅうり	15
ロースハム	8
にんじん	15
ごま油	4
米酢	4
うすくちしょうゆ	4
上白糖	4
ごま（いり）	1
ごま（すり）	1

2026年11月12日（木）

エネルギー量：862kcal	g
牛乳	
黒糖パン	
鶏肉のパプリカ風味焼き	
ごぼうサラダ	
ミネストローネ	
【牛乳】	
牛乳	206
【黒糖パン】	
黒糖パン	70
【鶏肉のパプリカ風味焼き】	
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	90
食塩	0
白こしょう	0
白ワイン	2
うすくちしょうゆ	3
パプリカパウダー	0
ガーリックパウダー	0
【ごぼうサラダ】	
ごぼう	35
にんじん	10
とうもろこし	7
ロースハム	8
エッグケアドレッシング	11
トマトケチャップ	1
うすくちしょうゆ	1
白こしょう	0
【ミネストローネ】	
ひよこまめ（ゆで）	13
ショルダーベーコン	10
じゃがいも	30
にんじん	10
玉葱	30
セロリー	3
ブロッコリー	20
にんにく	0
パセリ（乾）	0
オリーブ油	0
トマト缶詰	35
トマトピューレ	4
トマトケチャップ	4
上白糖	0
食塩	0
白こしょう	0
うすくちしょうゆ	2
コンソメ粉末	2
水	120

2026年11月13日（金）

エネルギー量：795kcal	g
牛乳	
ごはん	
あじの蒲焼き	
キャベツのゆかり和え	
さつま汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【あじの蒲焼き】	
あじ	60
こいくちしょうゆ	1
清酒	2
しょうが	0
かたくり粉	8
くっつかないで	0
揚げ油	8
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1
上白糖	2
水	5
かたくり粉	0
【キャベツのゆかり和え】	
キャベツ	45
さんどまめ	13
ゆかり	0
上白糖	0
うすくちしょうゆ	1
【さつま汁】	
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	15
さつまいも	30
だいこん	20
にんじん	5
つきこんにゃく	10
葉ねぎ	1
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170

2026年11月16日（月）

エネルギー量：809kcal	g
牛乳	
ごはん	
鶏肉のオーロラソース	
キャベツのひじきドレッシング	
かぶのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鶏肉のオーロラソース】	
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	90
しょうが	2
清酒	1
かたくり粉	11
くっつかないで	0
揚げ油	6
トマトケチャップ	8
上白糖	3
赤みそ	3
【キャベツのひじきドレッシング】	
きゅうり	15
キャベツ	50
干ひじき（乾）	0
上白糖	2
食塩	0
米酢	3
うすくちしょうゆ	1
油	1
【かぶのスープ】	
ショルダーベーコン	5
かぶ（根）	45
玉葱	20
にんじん	5
パセリ（乾）	0
セロリー	3
油	0
とりがらスープ	3
うすくちしょうゆ	1
コンソメ粉末	2
食塩	0
水	170

2026年11月17日（火）

エネルギー量：769kcal	g
牛乳	
ごはん	
鰆の味噌マヨ焼き	
切干し大根の甘酢あえ	
のっぺい汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【鰆の味噌マヨ焼き】	
さわら	80
清酒	2
白こしょう	0
エッグケアドレッシング	6
赤みそ	6
こいくちしょうゆ	1
上白糖	2
玉葱	2
にんにく	0
かたくり粉	0
【切干し大根の甘酢あえ】	
切干しだいこん	7
こまつな	5
にんじん	10
りょくとうもやし	5
米酢	3
上白糖	3
こいくちしょうゆ	2
食塩	0
【のっぺい汁】	
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	15
油揚げ	5
ぶなしめじ	5
だいこん	25
にんじん	10
さといも	20
つきこんにゃく	5
白ねぎ	2
食塩	0
うすくちしょうゆ	5
だし昆布	1
いりこだし	3
水	170
かたくり粉	2

2026年11月18日（水）

エネルギー量：788kcal	g
牛乳	
パエリア	
れんこんサラダ	
豆乳コーンチャウダー	
【牛乳】	
牛乳	206
【パエリア】	
金賞健康米	80
サフラン（粉）	0
コンソメ粉末	2
オリーブ油	2
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	25
ウィンナー	20
玉葱	25
赤ピーマン	10
青ピーマン	10
オリーブ油	1
にんにく	1
白ワイン	2
コンソメ粉末	0
食塩	0
白こしょう	0
【れんこんサラダ】	
ロースハム	5
れんこん	25
にんじん	10
キャベツ	30
白ワインビネガー	3
うすくちしょうゆ	1
上白糖	2
食塩	0
オリーブ油	2
【豆乳コーンチャウダー】	
ショルダーベーコン	15
じゃがいも	35
にんじん	20
玉葱	35
とうもろこし	9
とうもろこしペースト	18
白いんげんペースト	8
とうもろこし缶詰（ｸﾘｰﾑ）	35
とりがらスープ	2
シチュールウ	7
コンソメ粉末	0
水	85
調製豆乳	25

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。「０g」と表示される食材の使用量は１g以下です。
※物資調達の都合により、献立を変更する場合があります。 献立に表示している使用量およびエネルギー量は中学部・高等部の値です。小学部は0.7倍です。

2026年11月19日（木）

エネルギー量：713kcal	g
牛乳	
ごはん	
豚肉の焼き肉風炒め	
もやしナムル	
わかめスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【豚肉の焼き肉風炒め】	
豚モモ（脂身付き）	80
玉葱	45
にんじん	20
エリンギ	15
しょうが	1
にんにく	1
油	1
こいくちしょうゆ	7
上白糖	2
はちみつ	1
トウバンジャン	0
コチジャン	0
ごま（いり）	1
かたくり粉	1
【もやしナムル】	
りょくとうもやし	55
にんじん	15
ごま油	1
鶏がらだし	0
食塩	0
こいくちしょうゆ	2
にんにく	0
【わかめスープ】	
カットわかめ	1
鶏若鶏肉ひき肉	5
木綿豆腐	25
だいこん	25
はくさい	20
ごま油	0
鶏がらだし	2
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	175

2026年11月20日（金）

エネルギー量：845kcal	g
牛乳	
オリーブパン	
トマトシチュー	
ミニかぼちゃグラタン	
※段階食　かぼちゃの煮物	
ブロッコリーのサラダ	
【牛乳】	
牛乳	206
【オリーブパン】	
オリーブパン	70
【トマトシチュー】	
鶏若鶏肉モモ（皮付き）	30
赤ワイン	2
じゃがいも	50
にんじん	20
玉葱	40
にんにく	0
しょうが	0
セロリー	10
グリンピース	3
トマト缶詰	25
トマトピューレ	4
トマトケチャップ	9
濃厚ソース	4
ハヤシルウ	13
コンソメ粉末	0
上白糖	0
食塩	0
白こしょう	0
油	1
水	110
【ミニかぼちゃグラタン】	
国産かぼちゃのグラタン	40
【※段階食　かぼちゃの煮物】	
西洋かぼちゃ	50
こいくちしょうゆ	4
上白糖	3
本みりん	1
清酒	1
水	0
【ブロッコリーのサラダ】	
ロースハム	4
ブロッコリー	28
キャベツ	30
とうもろこし	3
白ワインビネガー	2
こいくちしょうゆ	2
上白糖	2
オリーブ油	1

2026年11月24日（火）

エネルギー量：806kcal	g
牛乳	
シシリアンライス風丼（佐賀県）	
じゃがいものスープ	
豆乳プリン	
【牛乳】	
牛乳	206
【シシリアンライス風丼（佐賀県）】	
金賞健康米	95
豚モモ（脂身付き）	80
清酒	2
玉葱	60
油	1
こいくちしょうゆ	8
上白糖	2
清酒	1
コチジャン	0
にんにく	0
キャベツ	40
きゅうり	10
赤ピーマン	5
とうもろこし	5
茹で塩	0
エッグケアドレッシング	10
【じゃがいものスープ】	
ショルダーベーコン	4
じゃがいも	45
玉葱	15
にんじん	10
セロリー	3
油	0
パセリ（乾）	0
コンソメ粉末	2
うすくちしょうゆ	1
食塩	0
とりがらスープ	3
水	175
【豆乳プリン】	
とろける豆乳プリン	40

2026年11月25日（水）

エネルギー量：763kcal	g
牛乳	
豚丼	
白菜のみそ汁	
お米でスイートポテト	
【牛乳】	
牛乳	206
【豚丼】	
金賞健康米	95
豚モモ（脂身付き）	60
清酒	2
玉葱	60
にんじん	15
しらたき	30
たけのこ	8
葉ねぎ	5
油	1
こいくちしょうゆ	6
うすくちしょうゆ	3
清酒	5
上白糖	3
本みりん	4
しょうが	0
だし昆布	0
いりこだし	0
水	20
【白菜のみそ汁】	
油揚げ	5
はくさい	30
だいこん	25
にんじん	10
カットわかめ	1
米みそ	13
だし昆布	1
いりこだし	3
水	180
【お米でスイートポテト】	
お米deスイートポテト	30

2026年11月26日（木）

エネルギー量：781kcal	g
牛乳	
ごはん	
赤魚の煮付け	
さつまいもの天ぷら	
ほうれん草のみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【赤魚の煮付け】	
赤魚	80
しょうが	0
こいくちしょうゆ	5
本みりん	5
上白糖	2
清酒	4
水	32
【さつまいもの天ぷら】	
さつまいも	60
米粉	1
薄力粉	9
くっつかないで	0
食塩	0
だし昆布	0
いりこだし	0
水	5
揚げ油	5
【ほうれん草のみそ汁】	
油揚げ	5
ほうれんそう	15
にんじん	10
玉葱	30
だいこん	15
米みそ	12
だし昆布	1
いりこだし	3
水	175

2026年11月27日（金）

エネルギー量：749kcal	g
牛乳	
冬野菜のカレーライス	
小松菜サラダ	
チーズ	
※段階食　みかん（缶詰）	
【牛乳】	
牛乳	206
【冬野菜のカレーライス】	
金賞健康米	95
豚モモ（脂身付き）	40
清酒	2
だいこん	35
さといも	25
玉葱	45
れんこん	10
にんじん	13
グリンピース	2
にんにく	1
しょうが	1
油	0
カレールウ	20
カレー粉	0
こいくちしょうゆ	1
濃厚ソース	2
食塩	0
とりがらスープ	5
水	90
【小松菜サラダ】	
ロースハム	5
キャベツ	15
こまつな	20
りょくとうもやし	20
にんじん	5
とうもろこし	5
白ワインビネガー	1
上白糖	3
こいくちしょうゆ	3
オリーブ油	1
【チーズ】	
型抜きチーズ	10
【※段階食　みかん（缶詰）】	
みかん（缶詰）	50

B部門　文化祭

2026年11月30日（月）

エネルギー量：781kcal	g
牛乳	
ごはん	
手作りおろしハンバーグ	
花野菜の昆布和え	
厚揚げのみそ汁	
【牛乳】	
牛乳	206
【ごはん】	
金賞健康米	95
【手作りおろしハンバーグ】	
牛ひき肉	30
豚ひき肉	40
玉葱	50
食塩	0
白こしょう	0
ナツメグ(粉)	0
絹ごし豆腐	5
米粉	4
だいこんおろし	32
本みりん	4
うすくちしょうゆ	6
ゆず(果汁)	2
上白糖	1
【花野菜の昆布和え】	
ブロッコリー	20
カリフラワー	20
にんじん	15
塩昆布	2
食塩	0
ごま油	1
【厚揚げのみそ汁】	
厚揚げ	30
こまつな	5
玉葱	25
にんじん	10
米みそ	13
だし昆布	1
いりこだし	3
水	180

B部門　文化祭代休



＜精米について＞　本校では、金賞健康米を使用しています。普通精白米と比べ、ビタミンE、ビタミンB_1、食物繊維などの栄養価が高いお米です。
＜段階食について＞　パンがゆは、大パン1/2個と牛乳150ｍｌで作ります。　おかずの調理に「おかゆ」を使用することがあります。