



令和8年1月 学校給食献立表

住支内第181号

令和8年1月8日

仕入材料等の都合により、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1~3年は約0.65割、小学部4~6年は約0.8割です。

1月9日(金)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)	
献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)
牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206
ビビンバ	金賞健康米 100 豚ひき肉 70 にんにく ごま油 上白糖 3 酒 1 こいくちしょうゆ 5 コチジャン ごま(すり) 1 ほうれんそう 30 もやし 30 にんじん 15 こいくちしょうゆ 1 上白糖 2 ごま油 ごま(いり) 1	ごはん 豚肉の焼き肉風炒め 白こしょう 玉葱 40 青ビーマン 10 エリンギ 15 にんじん 15 にんにく しょうが 綿実油 1 こいくちしょうゆ 4 上白糖 2 トウバンジャン ごま(いり) 1	金賞健康米 100 豚モモ(脂身付き) 食塩 白こしょう 玉葱 青ビーマン エリンギ にんじん にんにく しょうが 綿実油 こいくちしょうゆ 上白糖 トウバンジャン ごま(いり) 1	金賞健康米 100 鯖の味噌煮 まさは しょうが 白みそ 3 赤みそ 4 上白糖 4 本みりん 1 水 30 りしりこんぶ	赤飯 80 白みそ 赤みそ 4 上白糖 4 本みりん 1 水 30 りしりこんぶ	金賞健康米 65 もち米 17 ゆであずき 30 黒ごま 鶏肉のはちみつ照り焼き 90 玉葱 30 酒 2 はちみつ 3 こいくちしょうゆ 5 ごま(いり)	金賞健康米 65 もち米 17 ゆであずき 30 黒ごま 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 90 玉葱 30 酒 2 はちみつ 3 こいくちしょうゆ 5 ごま(いり)
チソゲン菜のスープ	絹ごし豆腐 20 チソゲン菜 25 えのきたけ 15 玉葱 30 がらスープ 3 中華だし 2 食塩 うすくちしょうゆ 1 水 170	梅肉和え キャベツ かつお節 梅肉 上白糖 うすくちしょうゆ 2	おおさかしろなの 梅肉和え キャベツ かつお節 梅肉 上白糖 うすくちしょうゆ 2	吉野汁 天王寺かぶのすま えのきたけ キャベツ 玉葱 30 根みつば 食塩 うすくちしょうゆ りしりこんぶ 削り節 水 170	吉野汁 天王寺かぶ えのきたけ キャベツ 玉葱 30 根みつば 食塩 うすくちしょうゆ りしりこんぶ 削り節 水 170	油揚げ 10 だいこん 30 さといも 24 干し椎茸 にんじん 10 葉ねぎ 3 食塩 うすくちしょうゆ 3 りしりこんぶ 削り節 3 水 170	油揚げ 10 だいこん 30 さといも 24 ぞう煮 白玉だんご 20 さといも 12 だいこん 25 にんじん 15 根みつば 3 白みそ 12 赤みそ 4 りしりこんぶ 削り節 3 水 165
ぶどうゼリー	ぶどうゼリー 1個						
エネルギー たんぱく質 脂質	748 kcal 30 g 23 g	エネルギー たんぱく質 脂質	693 kcal 33 g 18 g	エネルギー たんぱく質 脂質	775 kcal 38 g 26 g	エネルギー たんぱく質 脂質	812 kcal 37 g 23 g

1月16日(金)		1月19日(月)		1月20日(火)		1月21日(水)		1月22日(木)	
献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)	献立名	使用材料 グ ラム (g)
牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206	牛乳	牛乳 206
おさつパン	おさつパン 1個	ごはん 金賞健康米 100	金賞健康米 100	ごはん 黒糖パン 1個	黒糖パン 1個	ごはん 金賞健康米 100	金賞健康米 100	ごはん 金賞健康米 100	金賞健康米 100
クリーミーポーク ジンジャー	豚モモ(脂身付き) 玉葱 キャベツ ぶなしめじ しょうが 綿実油 酒 こいくちしょうゆ エッグケア パセリ	鶏肉の梅煮 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 白ねぎ キャベツ だいこん しおりん うすくちしょうゆ 本みりん 上白糖 梅干し 削り節・昆布だし 15	回鍋肉 鶏モモ(脂身付き) キャベツ 玉葱 40 青ビーマン 15 にんじん 15 しょうが にんにく ごま油 1 ごま油 白ワインビネガー オリーブ油	鰯の香草パン粉焼 まじき 粒入りマスターード ウスターーソース パン粉 6 パセリ オリーブ油 1 プロッコリーのサラダ ごま油 1 にんじん 20 まぐろ缶詰 15 上白糖 2	鶏肉の香味たれかけ 玉葱 30 食塩 酒 1 しょうが にんにく 白ねぎ 8 ごま(いり) こいくちしょうゆ 3 上白糖 2	鶏肉の香味たれかけ 玉葱 30 食塩 酒 1 しょうが にんにく 白ねぎ 8 ごま(いり) こいくちしょうゆ 3 上白糖 2	鶏肉の香味たれかけ 玉葱 30 食塩 酒 1 しょうが にんにく 白ねぎ 8 ごま(いり) こいくちしょうゆ 3 上白糖 2	鶏肉の香味たれかけ 玉葱 30 食塩 酒 1 しょうが にんにく 白ねぎ 8 ごま(いり) こいくちしょうゆ 3 上白糖 2	鶏肉の香味たれかけ 玉葱 30 食塩 酒 1 しょうが にんにく 白ねぎ 8 ごま(いり) こいくちしょうゆ 3 上白糖 2
カラフルピクルス	にんじん だいこん きゅうり 上白糖 米酢 うすくちしょうゆ	三度豆のおかか和え さんどまめ 33 ぶなしめじ 10 にんじん 10 こいくちしょうゆ 2 本みりん 1 かつお節	きくらげの中華サラダ きくらげ ロースハム 10 もやし 35	トウバンジャン 上白糖 2 こいくちしょうゆ 1 白菜のスープ ロースハム 10 玉葱 30	ショルダーベーコン 10 にんじん 10 玉葱 30	さつまいも 25 玉葱 30 にんじん 10 ぶなしめじ 10 葉ねぎ 3 赤みそ 8 白みそ 4 りしりこんぶ 3 削り節 3 水 170	さつまいも 25 玉葱 30 にんじん 10 ぶなしめじ 10 葉ねぎ 3 赤みそ 8 白みそ 4 りしりこんぶ 3 削り節 3 水 170	さつまいも 25 玉葱 30 にんじん 10 ぶなしめじ 10 葉ねぎ 3 赤みそ 8 白みそ 4 りしりこんぶ 3 削り節 3 水 170	さつまいも 25 玉葱 30 にんじん 10 ぶなしめじ 10 葉ねぎ 3 赤みそ 8 白みそ 4 りしりこんぶ 3 削り節 3 水 170
キャベツのスープ	鶏若鶏肉ささ身 玉葱 キャベツ えのきたけ セロリー パセリ 綿実油 がらスープ コンソメ 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 本みりん 水	五目汁 油揚げ 5 だいこん 30 にんじん 10 はくさい 30 干し椎茸 根みつば 3 食塩 うすくちしょうゆ 3 りしりこんぶ 削り節 3 水 170	きくらげの中華サラダ きくらげ ロースハム 10 もやし 35	大根の中華スープ 絹ごし豆腐 20 だいこん 30 えのきたけ 15 にら 10 がらスープ 3 中華だし 2 食塩 ごま油 うすくちしょうゆ 1 水 170	はくさい 30 パセリ オリーブ油 がらスープ 3 うすくちしょうゆ 1 コンソメ 1 食塩 白こしょう 1 本みりん 1 水 170	はくさい 30 パセリ オリーブ油 がらスープ 3 うすくちしょうゆ 1 コンソメ 1 食塩 白こしょう 1 本みりん 1 水 170	はくさい 30 パセリ オリーブ油 がらスープ 3 うすくちしょうゆ 1 コンソメ 1 食塩 白こしょう 1 本みりん 1 水 170	はくさい 30 パセリ オリーブ油 がらスープ 3 うすくちしょうゆ 1 コンソメ 1 食塩 白こしょう 1 本みりん 1 水 170	はくさい 30 パセリ オリーブ油 がらスープ 3 うすくちしょうゆ 1 コンソメ 1 食塩 白こしょう 1 本みりん 1 水 170
エネルギー たんぱく質 脂質	751 kcal 37 g 27 g	エネルギー たんぱく質 脂質	748 kcal 35 g 24 g	エネルギー たんぱく質 脂質	714 kcal 35 g 21 g	エネルギー たんぱく質 脂質	723 kcal 42 g 24 g	エネルギー たんぱく質 脂質	791 kcal 35 g 27 g

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。



令和8年1月 学校給食献立表

大阪府立住之江支援学校

仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

中学校の学年により、算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1～3年は約0.65割、小学部4～6年は約0.8割です。

1月23日(金)			1月24日(土)			1月27日(火)			1月28日(水)			1月29日(木)		
献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ごはん	金賞健康米	100	キムタクごはん	金賞健康米	90	ごはん	金賞健康米	100	ごはん	金賞健康米	100	ミニごはん	金賞健康米	50
豚肉と冬野菜の炒め煮	豚モモ(脂身付き)	45		豚モモ(脂身付き)	30	鶏肉のから揚げ	鶏若鶏肉モモ(皮付き)	90	大豆入りキーマカレー	豚ひき肉	40	とんこつしょうゆ	ラーメン	130
	絹厚揚げ(冷凍)	21		にんじん	10	にんにく	にんにく	1		玉葱	70	ラーメン	ごま油	3
	だいこん	20		玉葱	20	しょうが	しょうが	1		とうもろこし	9		豚モモ(脂身付き)	35
	はくさい	20		はくさい	18	うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	3		にんじん	25		綿実油	
	にんじん	15		千切たくあん	18	酒	酒	3		青ピーマン	20		にんにく	
	こまつな	10		葉ねぎ	5	かたくり粉	かたくり粉	10		ゆで大豆	15		しょうが	
	干し椎茸	1		しょうが		なたね油	なたね油	3		コンソメ			にんじん	15
	しょうが			にんにく		キャベツのひじきサラダ	きゅうり	30		米粉カレールウ	15		玉葱	20
	こいくちしょうゆ	3		酒	2		キャベツ	30		トマトケチャップ	3		はくさい	30
	うすくちしょうゆ	3		こいくちしょうゆ	4		干ひじき			濃厚ソース	4		もやし	30
	上白糖	2		食塩			上白糖	1		にんにく			干し椎茸	
	本みりん	1		上白糖	1		食塩			カレー粉			葉ねぎ	7
酒		1	コチジャン	コチジャン			米酢	1		綿実油			豚骨醤油ラーメンスープ	24
ごま油		1		ごま油			うすくちしょうゆ	1		水	50		水	180
りしりこんぶ				蒸し焼壳	安心素材肉焼壳	3個	かぶのみそ汁		じゃがいものサラダ	じゃがいも	40	蓮根のきんぴら	和牛モモ(脂身付き)	20
削り節		3		ビーフン入りスープ	ビーフン	12	かぶ	25	じゃがいものサラダ	きゅうり	10	れんこん	20	
水		21		ロースハム	10	えのきたけ	えのきたけ	15	じゃがいものサラダ	にんじん	10	にんじん	15	
かたくり粉		1		玉葱	30	にんじん	にんじん	15	じゃがいものサラダ	ゆでささ身	6	つきこんにゃく	15	
ちくわの磯辺あげ	ちくわ	26		たけのこ(水煮)	10	葉ねぎ	葉ねぎ	3	エッグケア	エッグケア	6	さんどまめ	6	
	薄力粉	8		干し椎茸	1	赤みそ	赤みそ	8		米酢	1	こいくちしょうゆ	3	
	かたくり粉	2		チンゲン菜	20	白みそ	白みそ	4		食塩		上白糖	2	
	水	10		がらスープ	3	りしりこんぶ	りしりこんぶ			白こしょう		本みりん	1	
	青のり			中華だし	2	削り節	削り節	3				酒	1	
	食塩			食塩		水	水	170				ごま(いり)		
	なたね油	3		うすくちしょうゆ	1							ごま油		
ひじき入り鶏そぼろ	干ひじき	2		ごま油								みかん	みかん	1個
	鶏若鶏肉ひき肉	20		水	170									
	しそ葉													
	ごま(いり)													
	上白糖	2												
	うすくちしょうゆ	3												
	本みりん	2												
	酒	1												
エネルギー	782	kcal	エネルギー	710	kcal	エネルギー	788	kcal	エネルギー	784	kcal	エネルギー	737	kcal
たんぱく質	36	g	たんぱく質	29	g	たんぱく質	34	g	たんぱく質	27	g	たんぱく質	34	g
脂質	24	g	脂質	19	g	脂質	25	g	脂質	26	g	脂質	21	g

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。