



令和5年12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。

12月1日（金）			12月2日（土）			12月5日（火）			12月6日（水）			12月7日（木）		
献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (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
冬野菜のカレーライス	金賞健康米 豚モモ（脂身付き） だいこん 玉葱 にんじん れんこん さつまいも しょうが にんにく 綿実油 カレールウ ウスターソース こいくちしょうゆ トマトケチャップ からスープ 水	100 40 30 40 10 10 30 19 5 100	豚丼	金賞健康米 豚モモ（脂身付き） 酒 玉葱 にんじん 葉ねぎ 干し椎茸 糸こんにゃく 綿実油 上白糖 本みりん 食塩 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ りしりこんぶ 削り節 水	100 60 2 60 20 5 30 4 2 6 2 3 20	ごはん ブルコギ	金賞健康米 和牛モモ（脂身付き） 玉葱 にんじん エリンギ にら しょうが にんにく 上白糖 こいくちしょうゆ コチジャン ごま油 ごま（いり） ごま（すり）	100 70 50 15 10 5 2 6 25	ミルクケーキ 黒糖パン チキンのトマト煮	ミルクケーキ（コーヒー） 黒糖パン 鶏若鶏肉モモ（皮付き） 玉葱 にんじん じゃがいも ブロックリー（冷凍） にんにく オリーブ油 トマト缶詰 トマトケチャップ 上白糖 食塩 白こしょう ローレル（粉） コンソメ ウスターソース 鳥がらだし 水	1個 1個 50 50 20 40 30 40 5 1 30 1 1 3 15	ごはん とりすき煮	金賞健康米 鶏成鶏肉モモ（皮付き） すき麩 焼き豆腐 糸こんにゃく はくさい 玉葱 えのきだけ にんじん 綿実油 酒 上白糖 本みりん こいくちしょうゆ	100 60 4 30 20 35 40 10 15 3 1 18
カリフラワーのピクルス	カリフラワー キャベツ 赤ピーマン 食塩 白こしょう 上白糖 米酢 うすくちしょうゆ オリーブ油	30 25 8 2 3 2 2 1	白菜のみそ汁	だいこん 絹ごし豆腐 はくさい カットわかめ 赤みそ 白みそ りしりこんぶ 削り節 水	20 30 20 30 9 4 3 160	わかめスープ	カットわかめ 絹ごし豆腐 白ねぎ 干し椎茸 たけのこ（水煮缶詰） はくさい しょうが うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 中華だし からスープ	20 20 20 8 32 2 2 3	ソナマヨサラダ やさいゼリー	まぐろ缶詰 キャベツ 赤ピーマン とうもろこし（冷凍） エッグケア（小袋） やさいゼリー	10 45 10 5 10 1個	ツナッ葉いためぶりかけ	まぐろ缶詰 だいこん葉 ごま（いり） 綿実油 酒 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 水	18 1 1 3 2 2 2
ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	1個	ソフト黒豆	ソフト黒豆	1袋									
エネルギー	たんぱく質	805 kcal	エネルギー	たんぱく質	724 kcal	エネルギー	たんぱく質	748 kcal	エネルギー	たんぱく質	771 kcal	エネルギー	たんぱく質	842 kcal
	脂質	26 g		脂質	35 g		脂質	32 g		脂質	31 g		脂質	33 g
		21 g			18 g			25 g			24 g			30 g

12月8日（金）			12月11日（月）				12月12日（火）			12月13日（水）				
献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)			
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	おさつパン	おさつパン	1個	ごはん	金賞健康米	100	ごはん	金賞健康米	100			
鯖の生煮	まさば	80	ポークチャップ	豚モモ（脂身付き）	70	手づくりおろしハンバーグ	牛ひき肉	30	鯖の柚子みぞれかけ	さわら	80			
	白ねぎ	15		玉葱	60		豚ひき肉	30		酒	1			
	しょうが	4		マッシュルーム（水煮缶詰）	10		食塩	60		食塩				
	こいくちしょうゆ	6		グリーンピース（冷凍）	3		食塩			だいこんおろし（冷）	45			
	酒	6		にんにく			白こしょう			ゆず果汁	2			
	本みりん	4		トマトケチャップ	9		ナツメグ			うすくちしょうゆ	3			
	上白糖	4		トマトピューレ	6		絹ごし豆腐	5		本みりん	3			
	りしりこんぶ			ウスターソース	1		パン粉	10		上白糖				
	水	25		コンソメ			調整豆乳	9		冷凍ゆず（果皮）				
春菊と白菜の和え物	しゅんぎく	20		上白糖	1		だいこんおろし（冷）	32		りしりこんぶ				
	はくさい	50		綿実油			本みりん	3		削り節				
	にんじん	10	枝豆サラダ	ローズハム	10		うすくちしょうゆ	6	れんこんのきんぴら	れんこん	35			
	上白糖	1		むきえだまめ（冷凍）	8		ゆず果汁	2		にんじん	10			
	こいくちしょうゆ	2		とうもろこし（冷凍）	5		さんどまめ	45		つきこんにゃく	8			
五目汁	油揚げ	10		キャベツ	30	三度豆のごま和え	ぶなしめじ	15		ちくわ	10			
	だいこん	30		にんじん	15			にんじん	10		綿実油			
	にんじん	10		上白糖	1			こいくちしょうゆ	3		こいくちしょうゆ	3		
	玉葱	30		食塩				本みりん	1		上白糖	1		
	干し椎茸			米酢				ごま（すり）			本みりん	1		
	根みつば	3		レモン果汁				ごま（いり）			ごま（いり）			
	食塩			うすくちしょうゆ			キャベツのすまし汁	糸かまぼこ	8	かぼちゃのみそ汁	油揚げ	5		
	うすくちしょうゆ	5		オリーブ油					玉葱		20		西洋かぼちゃ	30
	りしりこんぶ								キャベツ		30		だいこん	25
	削り節	3							にんじん		10		玉葱	20
	水	160							干し椎茸				葉ねぎ	3
									葉ねぎ		5		赤みそ	3
						食塩			白みそ	9				
						うすくちしょうゆ	4		りしりこんぶ	4				
						りしりこんぶ			削り節	3				
						削り節	2		水	160				
						水	130							
エネルギー	777 kcal		エネルギー	878 kcal		エネルギー	755 kcal		エネルギー	764 kcal				
たんぱく質	37 g		たんぱく質	44 g		たんぱく質	32 g		たんぱく質	38 g				
脂質	26 g		脂質	31 g		脂質	26 g		脂質	20 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5年12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。

12月14日（木）			12月15日（金）			12月18日（月）			12月19日（火）			12月20日（水）		
献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	のむヨーグルト	のむヨーグルト	180	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ごはん	金賞健康米	100	ゆかりご飯	金賞健康米	100	バーガーパン	バーガーパン	1個	ごはん	金賞健康米	100	ごはん1/2	金賞健康米	50
チャプチェ	和牛バラ（脂身付き） 和牛モモ（脂身付き） 酒 にんじん 玉葱 だけのこ（ゆで） 干し椎茸 普通はるさめ にら しょうが 綿実油 こいくちしょうゆ 上白糖 食塩 ごま（いり） コチジャン		豚肉と干しすいきの味噌煮	豚モモ（脂身付き） 酒 つきこんにゃく 干し椎茸 干しすいき 油揚げ にんじん 葉ねぎ 綿実油 上白糖 本みりん こいくちしょうゆ 赤みそ りしりこんぶ 削り節	60 1 15 4 7 15 15 5 2 3 1 7	カツサンド	豚肩ロース（脂身付き） 食塩 白こしょう 薄力粉 水 パン粉 なたね油 中濃ソース キャベツ キャベツのソテー 青ピーマン 赤ピーマン コンソメ 食塩 白こしょう 綿実油	50 5 5 6 6 6 8 60 10 10	焼き	豚のちゃんちゃん 食塩 白こしょう 酒 玉葱 キャベツ にんじん しょうが にんにく ごま（いり） 赤みそ こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖	70 13 20 15 20 15 1 1 5 2 1 1	カレーうどん	うどん（ゆで） 豚モモ（脂身付き） 油揚げ さつまいも 玉葱 にんじん ぶなしめじ 葉ねぎ 綿実油 食塩 カレーウ こいくちしょうゆ りしりこんぶ 削り節 水	150 50 15 20 30 15 10 5 15 15 15 4 1 150
大根のナムル	だいこん ほうれんそう にんじん ごま油 米酢 上白糖 うすくちしょうゆ		けんちん汁	木綿豆腐 油揚げ だいこん にんじん さといも（冷凍） 干し椎茸 ごぼう 葉ねぎ ごま油 食塩 うすくちしょうゆ りしりこんぶ 削り節 水	30 20 10 20 10 20 15 2 4 3 150	ABCマカロニスープ	アルファベットマカロニ ショルダーベーコン キャベツ にんじん パセリ 烏がらだし コンソメ うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 白こしょう 水	6 10 50 15 1 3 1 1 1 150	え	さんどまめ もやし（細） ちくわ こいくちしょうゆ 本みりん かつお節	35 13 7 2 1 1	小松菜のごま和え	ごまつな もやし（細） にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま（いり） ごま（すり）	30 30 15 1 2
豆腐の中華スープ	絹ごし豆腐 玉葱 にんじん えのきだけ 葉ねぎ がらスープ 中華だし うすくちしょうゆ 食塩 水		みかん	みかん（早生）	1個				みぞれ汁	だいこんおろし（冷） にんじん 絹ごし豆腐 ぶなしめじ 根みつば しょうが うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 りしりこんぶ 削り節 かたくり粉 水	70 10 30 15 2 5 3 3 2 130	ソフトクリーム ヨーグルト	ソフトクリーム ヨーグルト	1個
エネルギー	たんぱく質	845 kcal	エネルギー	たんぱく質	804 kcal	エネルギー	たんぱく質	760 kcal	エネルギー	たんぱく質	728 kcal	エネルギー	たんぱく質	822 kcal
	脂質	28 g		脂質	37 g		脂質	29 g		脂質	36 g		脂質	35 g
		30 g			23 g			25 g			20 g			28 g

12月21日（木）			12月22日（金）			加工食品の原材料について
献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	献立名	使用材料	ｸﾞﾗﾑ (g)	
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	12月2日 ソフト黒豆
ごはん	金賞健康米	100	ピラフ	金賞健康米	80	
豚肉のスタミナ炒め	豚モモ（脂身付き） 玉葱 にんじん しょうが にんにく 綿実油 酒 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 米酢 かたくり粉	85 45 15 1 5 2 2 2	オリーブ油 コンソメ がらスープ ウィンナー 玉葱 赤ピーマン 青ピーマン とうもろこし マッシュルーム 綿実油 にんにく コンソメ 食塩 白こしょう	1 1 6 20 20 10 10 5 5 1 1 1	ミネストローネ ショルダーベーコン にんじん 玉葱 キャベツ 大豆（ゆで） にんにく パセリ オリーブ油 トマト缶詰 上白糖 食塩 白こしょう ローレル（粉） コンソメ がらスープ 水	10 20 30 30 21 25 100 1個 1個
キャベツの昆布あえ	キャベツ ごまつな 食塩 塩昆布	55 15 1	クリスマスケーキ	クリスマスケーキ なたね油	80 4	12月6日 ミルメークコーヒー
さつまいものみそ汁	油揚げ さつまいも だいこん ぶなしめじ 葉ねぎ 赤みそ 白みそ りしりこんぶ 削り節 水	5 25 25 10 3 9 4 3 160				〈原材料〉 丹波黒大豆、砂糖、食塩
エネルギー	たんぱく質	755 kcal	エネルギー	たんぱく質	759 kcal	〈アレルギー〉 大豆
	脂質	38 g		脂質	27 g	12月22日 クリスピーチキン
		20 g				〈原材料〉 鶏胸肉、コーン粉末、植物性蛋白、小麦粉、食塩、砂糖、ガーリックパウダー、こしょう、酵母エキス、粉末醤油、果実調味料（ぶどう）、【バター液】小麦粉、米粉、水
						〈アレルギー〉 鶏肉、大豆、小麦
						12月22日 サンタさんのチョコケーキ（通常食）
						〈原材料〉 乳又は乳製品を主要原料とする食品、砂糖、小麦粉、チョコレート、乾燥全卵、ココアパウダー、水あめ、粉末油脂、こんにゃく加工品、調整ココアパウダー、水、加工でんぷん、乳化剤、増粘剤、膨張剤、カラオ色素、カゼイン、炭酸Ca、ピロリン酸二鉄、ホエイソルト、pH調整剤、香料
						〈アレルギー〉 卵、乳、小麦、大豆
						12月22日 米粉のカップケーキ（食物アレルギー対応）
						〈原材料〉 豆乳、米粉、砂糖、水あめ、植物油脂、還元水あめ、ショートニング、いちご、大豆粉、デキストリン、いちご加工品、水、加工でんぷん、粗製海水塩化マグネシウム、乳化剤、炭酸Ca、膨張剤、増粘剤、香料、酸味料、安定剤、乳酸Ca、ピロリン酸鉄、着色料
						〈アレルギー〉 大豆

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。