

# 平成27年度 11月きゅうしょくこんだてひょう

大阪府立箕面支援学校

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	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
カレーライス	胚芽精米 米粒麦 牛ばら肉 にんにく・生姜 油 塩 こしょう 玉葱 人参 じゃが芋 ブロッコリー 脱脂粉乳 ブルー(乾) とんかつソース トマトケチャップ カレー粉 鶏ガラスープ 小麦粉 有塩バター 油 切干大根 人参 カットわかめ きゅうり しらす干し 酢 塩 三温糖	ひじきご飯	胚芽精米 油揚げ 鶏胸肉 ひじき 干し椎茸 人参 濃口醤油 薄口醤油 酒・削り節 炒り豆腐 さつま汁 りんごヨーグルト	ご飯	胚芽精米 鯖 本みりん マヨネーズ 麹味噌 ごま(いり) 小松菜 しめじ 人参 ごま(いり) 本みりん 濃口醤油 薄口醤油 豚もも肉 大根 人参 ごぼう つきこんにやく えのきたけ 青ネギ 昆布 削り節 塩 薄口醤油 沢煮椀	減量米粉パン	パン マカロニ 鶏もも肉 油 じゃがいも 玉葱 ブロッコリー 有塩バター 小麦粉 牛乳 塩 こしょう 鶏ガラスープ 粉チーズ パン粉 野菜スープ いちごジャム	豚と厚揚げの味噌煮	胚芽精米 豚もも肉 生姜 油 塩・こしょう 白ネギ 濃口醤油 酒 厚揚げ れんこん 玉葱 人参 キャベツ 青梗菜 麹味噌 春雨 牛もも肉 油 にんにく・生姜 干し椎茸 人参 小松菜 塩・こしょう 濃口醤油 三温糖 ごま(いり) ごま油	キャロットパン	パン 合びき肉 豚ひき肉 玉葱 卵・パン粉 牛乳 塩・こしょう とんかつソース トマトケチャップ じゃが芋 おから 人参・玉葱 ローズハム 青ピーマン 塩・こしょう 薄口醤油 マヨネーズ 三温糖 野菜スープ
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	905 24.7 32.5 3	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	776 35.7 22.2 3.4	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	736 37.5 25.1 2.6	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	833 28.3 31.3 3.1	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	767 29.1 24 2.8	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	765 30.9 28.1 2.6

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	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
牛丼	胚芽精米 牛もも肉 牛肩ロース肉 玉ねぎ 人参 干し椎茸 白ネギ 青ネギ 酒 三温糖 本みりん 濃口醤油 塩 削り節 大豆 ひじき 人参 油揚げ 三温糖 本みりん 濃口醤油 削り節 さやいんげん	ご飯	胚芽精米 秋刀魚 濃口醤油 生姜 三温糖 酒 本みりん 小松菜 えのきたけ 人参 削り節 本みりん 濃口醤油 薄口醤油 木綿豆腐 カットわかめ 大根 人参 干し椎茸 青ネギ 昆布 削り節 薄口醤油 塩 すまし汁	ヒレかつ	胚芽精米 豚ヒレ肉 塩・こしょう 小麦粉・卵 パン粉 油 とんかつソース トマトケチャップ キャベツ 人参 ごま(いり) 本みりん 濃口醤油 薄口醤油 大根 人参 油揚げ カットわかめ まいたけ 青ネギ 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節 塩	肉じゃが	ご飯 牛もも肉 油 玉葱 人参 じゃがいも 焼き豆腐 しらす 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 塩 きぬさや 昆布 削り節 おろし和え	ポトフ	全粒粉パン セルフホットドック 酵母ウインナー トマトケチャップ キャベツ 油 塩 こしょう カレー粉 ウスターソース 鶏もも肉 かぶ 人参 じゃがいも 玉葱 キャベツ ブロッコリー 生椎茸 鶏ガラスープ 塩 こしょう	五目豆腐	胚芽精米 木綿豆腐 豚もも肉 むきえび 生姜 油 ごま油 うずら卵 人参 玉葱 青梗菜 きくらげ 鶏ガラスープ 塩 こしょう 濃口醤油 片栗粉 春雨 人参 きゅうり ローズハム 濃口醤油 塩 三温糖 ごま油
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	762 28 24.6 2.8	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	784 33.8 30.7 2.9	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	769 37 25.1 3.1	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	722 29.2 18.6 2.5	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	755 30.2 29.7 3.4	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	774 32.2 25 2.7

中学部2年生  
人気献立

\* 材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。

\* 続けて3日以上または、4週以上決まった曜日に欠食する場合は前週の月曜日までに欠食届を提出してください。欠食届を提出していただきました分につきましては、年度末に精算し返金いたします。

# 平成27年度 11月きゅうしょくこんだてひょう

大阪府立箕面支援学校

11月19日(木)		11月20日(金)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)	
献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名	献立	食品名
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
じゃじゃ麺	うどん 豚ひき肉 ごま油 にんにく・生姜 干し椎茸 豆板醤 八丁味噌 濃口醤油 三温糖・酒 ごま(いり) 塩・こしょう 鶏ガラスープ 片栗粉 きゅうり	胚芽精米 塩・酒 さつま芋 黒ゴマ 鮭 生姜 酒・塩 片栗粉 油 玉葱・人参 干し椎茸 グリーンピース 削り節 酒・本みりん 薄口醤油 片栗粉 大根 人参 油揚げ カットわかめ まいたけ 青ネギ 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節	パン 鶏もも肉 ヨーグルト カレー粉 塩 こしょう 玉葱 にんにく・生姜 パプリカ(粉) レモン 人参 キャベツ きゅうり スイートコーン 塩 こしょう 酢 オリーブオイル ショルダーベーコン 玉葱 有塩バター 鶏ガラスープ うらごしコーン 牛乳 パセリ 塩 こしょう	胚芽精米 牛もも肉 ぜんまい にんにく・生姜 ごま油 三温糖 濃口醤油 豆板醤 小松菜 もやし 大根 人参 三温糖 塩 酢 ごま(いり) 春雨 ロースハム 人参 干し椎茸 鶏ガラスープ 塩 こしょう 薄口醤油 ヨーグルト	ご飯 鯖の生姜焼き からし和え かぼちやの味噌汁	胚芽精米 鯖 濃口醤油 酒 三温糖 生姜 小松菜 えのきたけ からし(粉) 本みりん 濃口醤油 玉葱 人参 西洋かぼちゃ キャベツ 干し椎茸 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節	胚芽精米 牛もも肉 油 にんにく 玉葱 ほうれん草 ウスターソース 濃口醤油 三温糖 豆板醤 ごぼう じゃが芋 人参 油揚げ ぶなしめじ 豆乳 ねりごま 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節				
けんちん汁	大根・人参 里芋・ごぼう つきこんにやく 青ネギ・塩 昆布・削り節 薄口醤油 ごま油	揚げ鮭の野菜あんかけ わかめの味噌汁	野菜サラダ コーンスープ	春雨スープ フルーツヨーグルト	春雨 からし和え かぼちやの味噌汁	玉葱 人参 西洋かぼちゃ キャベツ 干し椎茸 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節	ごぼう じゃが芋 人参 油揚げ ぶなしめじ 豆乳 ねりごま 信州味噌 麹味噌 昆布 削り節				
がんづき	小麦粉・卵 ベーキングパウダー 重層 三温糖・蜂蜜 黒砂糖 牛乳・油・酢 ごま(いり)										
エネルギー 744 たんぱく質 30.4 脂質 23.9 食塩相当量 3.7	エネルギー 796 たんぱく質 33 脂質 29.7 食塩相当量 3.3	エネルギー 788 たんぱく質 33.2 脂質 30.3 食塩相当量 2.5	エネルギー 784 たんぱく質 29.4 脂質 24.6 食塩相当量 3	エネルギー 725 たんぱく質 35.9 脂質 20.2 食塩相当量 2.5	エネルギー 744 たんぱく質 31.6 脂質 24.6 食塩相当量 2.1						

毎月19日は食育の日 岩手県の郷土料理

中学部1年生 人気献立

## 11月30日(月)

献立	食品名
牛乳	牛乳
ミートソー	スパゲッティ 塩 オリーブオイル にんにく
ススパゲッティ	合ひき肉 にんにく・生姜 油 塩・こしょう 玉葱・人参 ぶなしめじ なす・パセリ 粉チーズ 小麦粉 ホールトマト トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン
ツナサラダ	鶏ガラスープ 三温糖
いちごヨーグルト	シーチキン水煮 キャベツ スイートコーン 油・酢 三温糖 塩・こしょう
	ヨーグルト

\* 材料発注の都合により、献立を変更する場合があります。

\* 続けて3日以上または、4週以上決まった曜日に欠食する場合は前週の月曜日までに欠食届を提出してください。欠食届を提出していただきました分につきましては、年度末に精算し返金いたします。

毎月19日は食育の日

岩手県は、本州一広い面積を誇る県です。南部はお米も栽培されていましたが、北部では寒さのため稲作が盛んでなく、小麦を使った食文化が栄えたとす。

じゃじゃ麺とは、お味噌とひき肉を混ぜた「肉味噌」をうどんの上にかけて食べる料理です。しめには残った肉味噌に、うどんの湯がき汁と卵を混ぜた「鶏蛋湯(チータンタン)」というスープで食べるそうです。

がんづきは、岩手県で親しまれている菓子で、丸い蒸しケーキにMの形に散らしたごまが雁という鳥が満月に飛んでいる様子に見えることから、この名前になったそうです。  
給食では黒砂糖を使います。

○中学部在校生 人気メニュー○

11月は中学部在校生による人気献立を実施します。

**13日(金) ヒレかつ**  
豚肉の柔らかい部位「ヒレ」をとんかつにします。  
ぜひカレーうどんと「カツカレーうどん」として食べたい!!という要望があったのですが、今回はご飯と組み合わせました。カレーうどんとの組み合わせについては、今後検討します

**25日(水) ピンパ、ヨーグルト**  
箕面支援学校のピンパは、ご飯の上に「牛肉の甘辛いいため」と「なます」と「茹で野菜」の3色が乗ります。

中1のみなさんも、9月に実施した味噌カツ、やコロッケなどを含めいろんな献立を選んでくれました。アンケート結果は給食だよりに掲載するのでご覧ください。

## 11月23日 勤労感謝の日

毎日みんなが食べている食事は、農家さんや漁師さん、運搬をしてくれる人、料理を作ってくれる人、片づけをしてくれる人などいろんな人が関わって出来ています。  
たくさんの苦労や時間がかかって出来ている食事は、好き嫌いせずに、「ありがとう」の気持ちを持って食べるようにしましょう。



1ヶ月平均	エネルギー 778 kcal たんぱく質 31.6 g 脂質 26g 食塩相当量 2.9 g
-------	---