

6月 給食献立表

令和7 年度 大阪府立東淀川支援学校

2025年 6月 3日(火)		2025年 6月 4日(水)		2025年 6月 5日(木)		2025年 6月 6日(金)		2025年 6月 9日(月)		2025年 6月10日(火)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
【コアコアのむヨーグルト】	157	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★コアコアのむヨーグルト		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【しょうがごはん】	319	【コッペパン】	323	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303
金賞健康米		★コッペパン		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米	
新しょうが		【いちごジャム】	29	【豚肉と厚揚げの中華炒め】	177	【鶏肉のさんしょう焼き】	149	【鯖のソース煮】	182	【豚肉の南部いため】	140
にんじん		いちごジャム(低糖度)		豚肉		鶏肉		まさば		豚肉	
うすくちしょうゆ		【じゃがいものミートグラタン@チーズ除き食】	213	こいくちしょうゆ		酒		しょうが		玉葱	
本みりん		牛ひき肉		酒		こいくちしょうゆ		上白糖		にんじん	
酒		豚ひき肉		しょうが		粉さんしょう		酒		綿実油	
削り節・昆布だし		じゃがいも		にんにく		【そらまめ塩ゆで】	47	ウスターソース		こいくちしょうゆ	
【筑前煮】	230	玉葱		綿実油		そらまめ		こいくちしょうゆ		本みりん	
鶏肉		アスパラガス		★絹厚揚げ(冷凍)		食塩		水		上白糖	
にんじん		にんにく		はくさい		酒		【ごま和え】	24	酒	
だいこん		綿実油		にんじん		水		キャベツ		ごま(いり)	
ごぼう		白こしょう		干し椎茸		【豆腐のみそ汁】	90	りよくとうもやし		かたくり粉	
さといも(冷凍)		トマトケチャップ		玉葱		【とうもろこしのみそ汁】		にんじん		【ごぼうともやしのみそ汁】	85
板こんにやく		トマトピューレ		にら		豚肉		ごま(すり)		鶏肉	
★厚揚げ		ウスターソース		ブロッコリー(冷凍)		酒		ごま(いり)		りよくとうもやし	
グリーンピース(冷凍)		薄力粉		こいくちしょうゆ		じゃがいも		上白糖		ごぼう	
綿実油		★ナチュラルチーズ		うすくちしょうゆ		玉葱		こいくちしょうゆ		だいこん葉(乾燥)	
上白糖		水		本みりん		にんじん		かつお昆布だし		干し椎茸	
本みりん		【コンソメスープ】	42	上白糖		板こんにやく		【とうがん汁】	82	赤みそ	
こいくちしょうゆ		ショルダーベーコン		中華だし		★木綿豆腐		鶏肉		昆布だし	
うすくちしょうゆ		キャベツ		水	84	白ねぎ		とうがん		削り節	
昆布だし		玉葱		かたくり粉		削り節		えのきたけ		水	
削り節		さんどまめ(冷凍)		【中華スープ】		昆布だし		★油揚げ		【スナックえんどうとツナのサラダ】	58
水		にんじん		鶏肉		赤みそ		オクラ		スナックえんどう	
【ほうれん草の磯香あえ】	21	パセリ(乾)		にんじん		白みそ		根みつば		玉葱	
ほうれん草		鳥がらだし		りよくとうもやし		水		酒		まぐろ缶詰(油漬フレークタイプ)	
りよくとうもやし		コンソメ(粉末)		こまつな		【お魚ふりかけ】	9	本みりん		上白糖	
にんじん		うすくちしょうゆ		普通はるさめ(乾)		お魚ふりかけ		うすくちしょうゆ		食塩	
もみのり		食塩		うすくちしょうゆ				食塩		白ワインビネガー	
本みりん		白こしょう		本みりん				昆布だし		うすくちしょうゆ	
うすくちしょうゆ		水		酒				削り節		綿実油	
削り節・昆布だし				食塩				水			
				白こしょう							
		イチゴジャム:水あめ、砂糖、		中華だし							
		いちご、ゲル化剤、酸味料、		鳥がらだし	45						
		水		水							
				【切干大根のナムル】							
				切干しだいこん							
				にんじん							
				ほうれん草							
				ごま油							
				ごま(いり)							
				上白糖							
				こいくちしょうゆ							
				米酢							
	727		733		735		724		717		712

コアコアのむヨーグルト:乳製品、砂糖、異性化液糖、イソマルトオリゴ糖シロップ、砂糖、リン酸Ca、乳たんぱく、香料、V.D

イチゴジャム:水あめ、砂糖、いちご、ゲル化剤、酸味料、水

お魚ふりかけ:ドロマイト(国内製造)、混合削り節粉末、砂糖、ごま、食塩、しょうゆ、みりん、鰹風味調味料、鰹削り節、酵母エキス、乾燥マッシュポテト、でん粉、青のり、鰹削り節、黒のり、かぼちゃ粉末、還元水飴、昆布エキス、粉末水飴、アノトー色素、カラメル色素、酸化防止剤(ビタミンC)、カロチン色素

2025年 6月19日(木)		2025年 6月20日(金)		2025年 6月23日(月)		2025年 6月24日(火)		2025年 6月25日(水)		2025年 6月26日(木)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal		
【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【大阪産ごはん】	303	【パーカーパン】	277	【ジューシー】	346	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303
大阪産米		★パーカーパン		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米	
【鰯の西京焼き】	141	【照り焼きハンバーグサンド】	192	豚ひき肉		【鶏肉の玉ねぎソース】	234	【肉味噌炒め】	144	【赤魚のレモンじょうゆかけ】	167
さわら		ポークチキンハンバーグ		干し椎茸		鶏肉		豚ひき肉		赤魚	
白みそ		綿実油		にんじん		酒		青ピーマン		食塩	
さわら		こいくちしょうゆ		干ひじき(ステンス釜、乾)		食塩		キャベツ		酒	
うすくちしょうゆ		上白糖		しょうが		白こしょう		たけのこ(水煮)		薄力粉	
酒		本みりん		酒		上新粉		ぶなしめじ		綿実油	
本みりん		酒		こいくちしょうゆ		オリーブ油		にんじん		レモン(果汁、生)	
上白糖		かたくり粉		本みりん		ショルダーベーコン		しょうが		上白糖	
【ひじきの煮物】	103	【キャベツのソテー】	23	うすくちしょうゆ		玉葱		綿実油		本みりん	
豚肉		キャベツ		酒		パセリ		こいくちしょうゆ		酒	
干ひじき(ステンス釜、乾)		青ピーマン		本みりん		食塩		上白糖		うすくちしょうゆ	
にんじん		コンソメ(粉末)		鳥がらだし		白こしょう		テンメンジャン		こいくちしょうゆ	
本みりん		食塩		【ゴーヤチャンプルー】	117	うすくちしょうゆ		酒		水	
酒		白こしょう		豚肉		鳥がらだし		【かきたま汁◎卵除去食】	90	【きんぴらごぼう】	53
黒砂糖		綿実油		★豆腐(冷)		水		★たまご		にんじん	
上白糖		【野菜たっぷりスープ】	89	にがうり		かたくり粉		鶏肉		ごぼう	
水		玉葱		【がんもどきのみそ煮】	169	【がんもどきのみそ煮】	169	生しいたけ(菌床栽培、生)		つきこんにゃく	
削り節		ウィンナー		りよくとうもやし		豚肉		玉葱		かつお昆布だし	
こいくちしょうゆ		玉葱		にんじん		★がんもどき		チンゲンツアイ		綿実油	
【五目汁】	43	じゃがいも		かつお節(小袋)		じゃがいも		うすくちしょうゆ		こいくちしょうゆ	
糸かまぼこ		ブロッコリー(冷凍)		綿実油		玉葱		食塩		本みりん	
キャベツ		ぶなしめじ		こいくちしょうゆ		さんどまめ(冷凍)		かたくり粉		三温糖	
玉葱		にんじん		酒		にんじん		昆布だし		酒	
にんじん		とうもろこし(カーネル冷凍)		オイスターソース		上白糖		削り節		ごま(いり)	
白ねぎ		コンソメ(粉末)		【沖縄もずくのスープ】	42	こいくちしょうゆ		水		【厚揚げのみそ汁】	85
干し椎茸		うすくちしょうゆ		焼き豚		赤みそ		【のり塩ポテト】	63	★絹厚揚げ(冷凍)	
食塩		本みりん		沖縄もずく(塩蔵、塩抜き)		削り節		じゃがいも		玉葱	
うすくちしょうゆ		食塩		だいこん		水		かたくり粉		にんじん	
昆布だし		白こしょう		玉葱		【あじつけのり】	5	食塩		えのきたけ	
削り節		鳥がらだし		にんじん		あじつけのり		あおのり		葉ねぎ	
水		水		葉ねぎ				綿実油		赤みそ	
【あじつけのり】	5	ポークチキンハンバーグ:豚肉、鶏肉、たまねぎ、パン粉、でん粉、粉末状植物性たん白(小麦由来)、砂糖、食塩、チキンエキス、酵母エキス、香辛料、水		うすくちしょうゆ						白みそ	
あじつけのり				酒						昆布だし	
				本みりん						削り節	
				鳥がらだし						水	
				水							
				【チーズ】	63						
				★チーズ							
						チーズ:ナチュラルチーズ、乳化剤					
大阪産米を				郷土料理							
使用しています	721		707	— 沖縄県 —	694		837		726		734

2025年 6月27日(金)		2025年 6月30日(月)		
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	
【牛乳】	126	【牛乳】	126	
★牛乳		★牛乳		
【カレークリームスパゲッティ】	318	【ごはん(健康米)】	303	
スパゲッティ		金賞健康米		
綿実油		【冬瓜と鶏肉のとうとう煮】	160	
粉寒天				
【カレークリームスパゲッティ(ソース)】	179	鶏肉		
豚肉		とうがん		
玉葱		玉葱		
にんじん		白ねぎ		
マッシュルーム(水煮缶詰)		にんじん		
ほうれんそう		しょうが		
にんにく		こいくちしょうゆ		
オリーブ油		うすくちしょうゆ		
食塩		上白糖		
白こしょう		本みりん		
★調製豆乳		食塩		
白みそ		昆布だし		
ウスターソース		削り節		
カレー粉		水		
【レタスのスープ】	55	かたくり粉		
レタス		さんどまめ(冷凍)		
にんじん		【切干大根のサラダ】	78	
玉葱		切干しだいこん		
鶏肉		キャベツ		
とうもろこし(カーネル冷凍)		にんじん		
パセリ		とうもろこし(冷凍)		
コンソメ(粉末)		★大豆の華		
白ワイン		★エッグケアドレッシング		
食塩		米酢		
白こしょう		うすくちしょうゆ		
鳥がらだし		上白糖		
水		白こしょう		
【ブルーベリーゼリー】	42	ごま(いり)		
ブルーベリーゼリー		白ワイン		
		【水無月風ういろう】	82	
		薄力粉		
		上新粉		
		白玉粉		
		上白糖		
		水		
		ゆであずき		
		三温糖		
		食塩		
		夏越の祓		
		について知ろう!		
	720		749	

おきなわけん きょうどりょうり 沖縄県の郷土料理

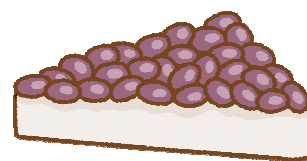
【6月23日】



6月23日の献立は、沖縄県の郷土料理「ジュシー・ゴーヤチャンプルー・おきなわけんのスープ・チーズ」です。沖縄は琉球とよばれた時代から、中国や東南アジア、朝鮮、日本と行き来していた沖縄では、それらの国々からいろいろな影響を受けてきました。特に影響が強かったのが中国といわれ、沖縄では豚肉中心の料理が発達しました。沖縄の人々の歴史について調べてみましょう。

なごし はらい 夏越の祓

【6月30日】



みなづき
- 水無月 -

「夏越の祓」という行事にちなんだ献立です。一年のちょうど半分にあたる6月30日に、「残りの半年も元気に過ごせますように」と健康をお祈りする行事です。水無月の小豆には悪魔祓いの意味があり、三角の形は暑さをしのぐ氷を表しているそうです。給食では丸いカップにいれて蒸し、「水無月風ういろう」として提供します。

※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。