4月　給食献立表

令和5 年度 大阪府立東淀川支援学校

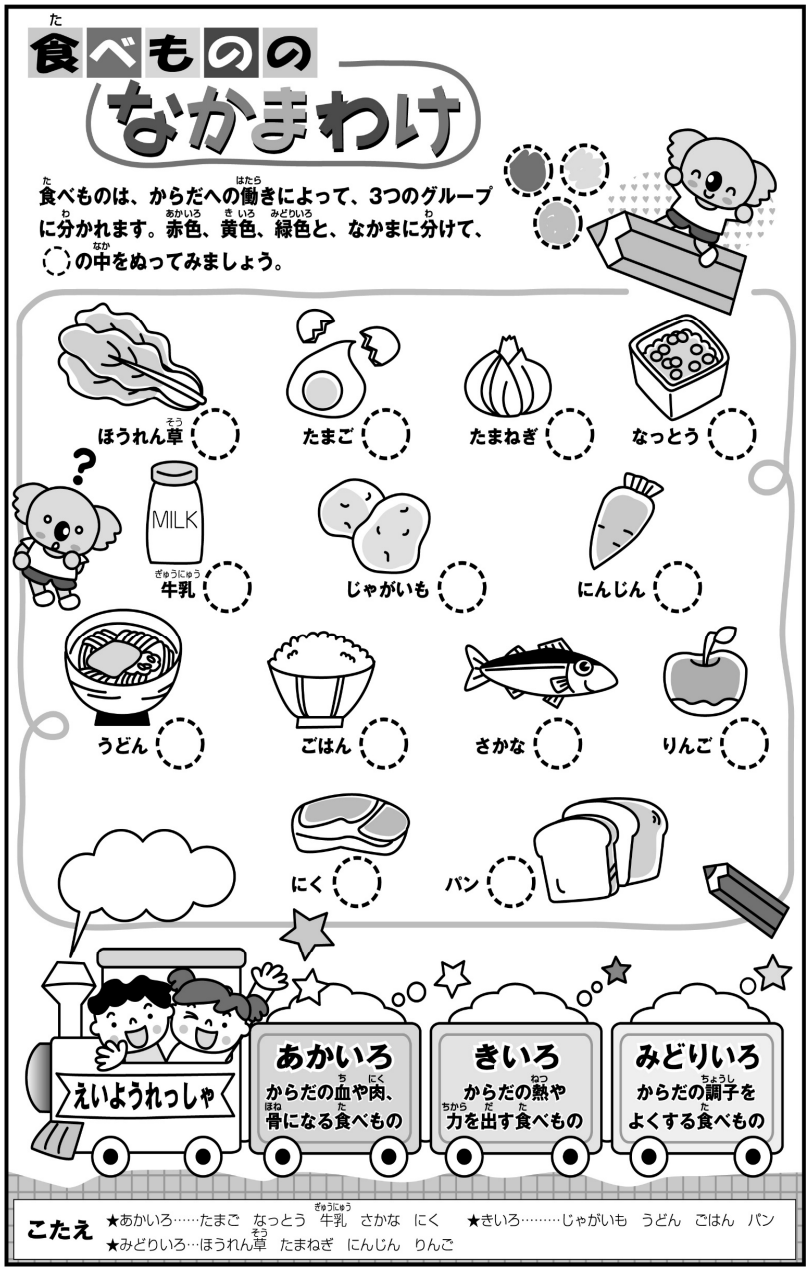
2023年 4月12日(水)		2023年 4月13日(木)		2023年 4月14日(金)		2023年 4月17日(月)		2023年 4月18日(火)		2023年 4月19日(水)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【カレーライス】	583	【ミートスパゲッティ】	448	【赤飯】	317	【はいがごはん】	309	【はいがごはん】	309	【ごはん】	309
はいがまい		スパゲッティ				はいがまい		はいがまい		おおさかさんまい	
牛肉		オリーブ油		はいがまい		【マーボーとうふ】	223	【鶏肉の甘辛焼き】	179	【鯵の香味だれかけ】	135
赤ワイン		牛ひき肉		水稲穀粒(精白米、もち米)		牛ひき肉					
じゃがいも		豚ひき肉		ささげ(乾)		豚ひき肉		鶏肉		まあじ	
玉葱		にんじん		ごま(いり)		★豆腐(冷)		玉葱		食塩	
にんじん		玉葱		酒		玉葱		酒		酒	
にんにく		セロリー		食塩		にら		上白糖		しょうが	
綿実油		にんにく		【鰆の塩焼き】	130	たけのこ(水煮缶詰)		本みりん		葉ねぎ	
グリンピース(冷凍)		マッシュルーム(水煮缶詰)				白ねぎ		こいくちしょうゆ		りんごピューレ	
カレールウ		綿実油		さわら		にんじん		【もやしの甘酢和え】	29	ごま(いり)	
ウスターソース		食塩		食塩		干し椎茸				上白糖	
鳥がらだし		ローレル(粉)		酒		しょうが		もやし		こいくちしょうゆ	
ローレル(粉)		トマト缶詰(ダイス)		【小松菜の煮びたし】	33	にんにく		にんじん		本みりん	
食塩		トマトケチャップ				綿実油		さんどまめ(冷凍)		かたくり粉	
薄力粉		トマトピューレ		こまつな		赤だし味噌		上白糖		水	
綿実油		コンソメ(粉末)		キャベツ		トウバンジャン		米酢		【のっぺい汁】	85
水		上白糖		★油揚げ		酒		うすくちしょうゆ			
【グリーンサラダ】	80	薄力粉		かつお昆布だし		上白糖		ごま油		★油揚げ	
キャベツ		オリーブ油		酒		こいくちしょうゆ		【雷汁】	71	ぶなしめじ	
きゅうり		食塩		うすくちしょうゆ		オイスターソース				だいこん	
かつお缶詰油漬ﾌﾚｰｸ		【キャベツのサラダ】	35	本みりん		テンメンジャン		★木綿豆腐		にんじん	
上白糖		キャベツ		【沢煮椀】	105	ごま油		ごま油		さといも(冷凍)	
食塩		きゅうり				かたくり粉		だいこん		板こんにゃく	
白ワインビネガー		赤ピーマン		豚ばら		水		ごぼう		ごぼう	
綿実油		オリーブ油		だいこん		【焼きじゃが】	32	白ねぎ		食塩	
【みかんゼリー】	45	白ワインビネガー		にんじん				葉ねぎ		うすくちしょうゆ	
みかんゼリー		上白糖		干し椎茸		じゃがいも		赤みそ		本みりん	
		うすくちしょうゆ		ごぼう		食塩		白みそ		昆布だし	
		食塩		糸みつば		オリーブ油		昆布だし		削り節	
		白こしょう		うすくちしょうゆ		【チンゲンサイのスープ】	34	削り節		水	
		粒入りマスタード		みりん		焼き豚		水		かたくり粉	
		【ドーナツ】	118	食塩		チンゲンツァイ				【キャベツと三度豆のかつお梅風味】	16
		★絹ごし豆腐		昆布だし		もやし(細)					
		プレミックス粉(ホットケーキ用)		削り節		葉ねぎ				キャベツ	
		粉糖		水		食塩				さやいんげん	
		水				白こしょう				かつお節砕片	
		なたね油				中華だし				梅肉	
						うすくちしょうゆ				上白糖	
						みりん				米酢	
						がらスープ				うすくちしょうゆ	
						水					
	834		727		711		724		714		671

みかんゼリー：みかん還元果汁（国内製造）、砂糖、果糖／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、ビタミンC

大阪産米を使用しています

2023年 4月20日(木)		2023年 4月21日(金)		2023年 4月24日(月)		2023年 4月25日(火)		2023年 4月26日(水)		2023年 4月27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	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	
【コッペパン】	277	【はいがごはん】	309	【はいがごはん】	309	【はいがごはん】	309	【黒糖パン】	344	【かやくごはん】	360
★コッペパン		はいがまい		はいがまい		はいがまい				はいがまい	
【セルフサンド】	202	【鶏の塩麹いため】	219	【豚肉のしょうが焼き】	161	【揚げ春巻き】	222	★黒糖パン		鶏肉	
フランクフルト								【鶏肉のレモンバジル焼き】	154	酒	
トマトケチャップ		鶏肉		豚肉		春巻き				干し椎茸	
ウスターソース		塩麹		玉葱		綿実油		鶏肉		にんじん	
キャベツ		酒		青ピーマン		【八宝菜】	115	白ワイン		グリンピース(冷凍)	
青ピーマン		食塩		にんじん				食塩		しょうが	
オリーブ油		綿実油		しょうが		豚肉		こしょう混合		うすくちしょうゆ	
食塩		ブロッコリー(冷凍)		上白糖		にんじん		玉葱		酒	
カレー粉		干し椎茸		本みりん		はくさい		にんにく		本みりん	
【豆乳のクリームシチュウ】	155	玉葱		こいくちしょうゆ		玉葱		レモン(果汁、生)		昆布だし	
		赤ピーマン		酒		たけのこ(ゆで)		バジル(粉)		削り節	
鶏肉		キャベツ		綿実油		青ピーマン		オリーブ油		水	
玉葱		しょうが		【おつゆふのみそしる】	65	干し椎茸		【春野菜のポトフ】	109	【豚じゃが】	162
にんじん		ガーリックパウダー		おつゆふ		綿実油					
じゃがいも		三温糖		はくさい		にんにく		ウィンナー		豚肉	
こまつな		こいくちしょうゆ		玉葱		しょうが		じゃがいも		酒	
★調製豆乳		食塩		にんじん		食塩		玉葱		じゃがいも	
アレルゲンフリーシチューフレーク		かたくり粉		えのきたけ		白こしょう		にんじん		糸こんにゃく	
いんげんまめピューレ		綿実油		葉ねぎ		こいくちしょうゆ		キャベツ		玉葱	
鳥がらだし		【大根のみそ汁】	51	焼き抜きかまぼこ		うすくちしょうゆ		アスパラガス		にんじん	
上新粉				赤みそ		上白糖		セロリー		きぬさや	
水		玉葱		白みそ		中華だし		パセリ		綿実油	
【りんごゼリー】	45	だいこん		昆布だし		ごま油		白ワイン		上白糖	
りんごゼリー		にんじん		削り節		かたくり粉		みりん		本みりん	
		板こんにゃく		水		水		鳥がらだし		こいくちしょうゆ	
		ぶなしめじ		【かぼちゃのあまみつかけ】	55	【切干大根のサラダ】	53	コンソメ(粉末)		うすくちしょうゆ	
		葉ねぎ		西洋かぼちゃ				水		削り節	
		赤みそ		食塩		切干しだいこん		【白桃缶詰】	16	水	
		白みそ		上白糖		キャベツ				【若竹汁】	44
		昆布だし		こいくちしょうゆ		にんじん		もも(缶詰)			
		削り節		水		とうもろこし(冷凍)				たけのこ(ゆで)	
		水				★大豆の華				カットわかめ	
りんごゼリー:りんご還元果汁(国内製造)、りんごピューレ、砂糖、果糖/ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料		【味付けのり】	5			★エッグケアドレッシング				★木綿豆腐	
						りんご酢				葉ねぎ	
		味付けのり				うすくちしょうゆ				食塩	
						上白糖				みりん	
						白こしょう				うすくちしょうゆ	
						ごま(いり)				昆布だし	
						白ワイン				かつお加工品(削り節)	
										水	
						世界の料理				郷土料理	
						― 中国 ―				― 大阪 ―	
	805		710		716		825		749		692

2023年 4月28日(金)	
献立名/食品名	kcal
【牛乳】	126
★牛乳	
【はいがごはん】	309
はいがまい	
【赤魚のしょうゆだれかけ】	95
赤魚	
食塩	
酒	
本みりん	
うすくちしょうゆ	
【五目豆】	76
★大豆	
にんじん	
れんこん	
刻み昆布	
干し椎茸	
上白糖	
黒砂糖	
うすくちしょうゆ	
本みりん	
削り節・昆布だし	
水	
【豚汁】	92
豚肉	
玉葱	
ごぼう	
だいこん	
にんじん	
つきこんにゃく	
葉ねぎ	
赤みそ	
白みそ	
昆布だし	
削り節	
水	
	698



★ドリカムにんじん★

大おかずに「にんじん」を使用した日には、そのメニューの中に季節の型抜きをした「ドリカムにんじん」を学校全体で10個入れています。毎月2種類あります。あなたのおかずの中に入っているかもしれません。見つけたら、教えてください。

「いただきます」の意味

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味だけで言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して、食事を始めましょう。

「ごちそうさま」の意味

「ごちそう」の“ちそう”は漢字で“馳走”と書き、「駆け走る」といった意味をもっています。食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛りつけをする人など、たくさんの人がかかわっています。そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言うのです。

※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。