学校給食献立表

1本

70

0.3

12.0

4.5

0.3

12

20

10

10

5

2.4

0.25

10

0.8

30

10

15

0.4

2025年3月3日(月)

【牛乳】

★牛乳

献立名/食品名

【★卵 ひなまつりちらしずし】

昆布だし

米酢

食塩

米酢

★錦糸卵

しょうが

にんじん

干し椎茸

清酒(純米酒)

きざみのり

ふ (小花)

はくさい

えのきたけ

和種なばな

本みりん

昆布だし

削り節

【黄桃(缶)】

水

脂質(g)

塩分(g)

うすくちしょうゆ

tt(缶詰、黄肉種、果肉)

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

食塩

【菜の花のすまし汁】

こいくちしょうゆ

だし(削り節・昆布だし)

綿実油

上白糖

食塩

ごぼう

上白糖

水稲穀粒(精白米)

鶏肉ひき肉(焼)

ちりめんじゃこ

西淀支全第 136 号

大阪府立西淀川支援学校

2025年3月4日(火)

2025年 3月 4日(火)	
献立名/食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	80
【とんかつ】	
豚ひれ	40
こしょう混合	0.02
薄力粉	5
水	5
パン粉(乾燥)	13
なたね油	6
トマトケチャップ	5 13 6 6 2
濃厚ソース	2
【添え野菜(プロッコリー)】	
ブロッコリー(冷凍)	40
【おいしいみそ汁】	
さつまいも	25
西洋かぼちゃ	25
とうもろこし(カーネル冷凍)	0.5
カットわかめ(乾燥)	0.5
赤みそ	8
白みそ	3
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150
【国産りんごゼリー】	
国産りんごゼリー	70
Day Co	**
*	**
小学部6年生	*
**********	** **

2025年3月5日(水)	
献立名/食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	80
【豚肉のデミグラスソース】	
豚モモ(脂肪なし)	60
豚ばら(脂身付)	15
玉葱	30
白ワイン	2.8
食塩	0.2
黒こしょう	0.04
オリーブ油	1
りんごピューレ	10
デミグラスソース	6
トマトケチャップ	6
【コンソメスープ】	
キャベツ	30
にんじん	15
ぶなしめじ	10
さんどまめ(冷凍)	20
食塩	0.3
こしょう混合	0.04
くちしょうゆ	
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【★卵 りんごのクラフティ】	
りんご(缶詰)	29
薄力粉	5.2
★たまご(冷凍)	5.2
★クリーム(乳脂肪)	10.4
上白糖	2.6
コーンフレーク	6

中学部3年生

3.0 0.60 2.3 150 40 546 23.5 11.9 2.6

エネルギー(kcal)	722
たんぱく質(g)	29.4
脂質(g)	18.3
塩分(g)	1.9

[ネルギー (kcal) 719 30.6 こんぱく質(g) 旨質(g) 24.0 塩分(g) 1.9

3月の給食の紹介

865666666

★行事食

・3月 3日月曜日:ひな祭り献立

★卒業お祝いリクエスト給食

·3月 4日火曜日:小学部

·3月 5日水曜日:中学部

·3月 6日木曜日:高等部

*卒業学年みんなで考えました。 楽しみにしてくださいね。



給食の停止(欠食)について

長期の欠席が見込まれる際、保護者の方から要 望があった場合、給食の停止をすることができま す。

担任にご連絡ください。

- ★急な入院⇒5日後から対応いたします。(学校で 欠食対応します。)
- ★5日以上連続した欠食(家事都合・訓練入院・ ショートスティ等)⇒保護者からの申告が必要で す。申告は前週の月曜日締切。
- ※学校行事については、学校で欠食対応をします。 ※給食再開連絡は、前日までに必ずご連絡くださ 6
- ※場合によってはご希望に添えない場合もありま すので、ご了承ください。

月間栄養量		
エネルギー(kcal)	698	 ※山喜等部の其木食を其進
たんぱく質(g)	30.0	※中高等部の基本食を基準 としています。小学部は全
脂質(g)	23.6	体の約9割の栄養価です。
塩分(g)	2.5	

エネルギー(kcal)	722	I
たんぱく質(g)	29.4	た
脂質(g)	18.3	脂
塩分(g)	1.9	塩

都合により食材を変更することがあります。

学校給食献立表验

2025年 3月12日(水)

2025年3月13日(木)

2025年3月6日(木)			
献立名/食品名 g			
【牛乳】			
★牛乳 高等部3年生	1本		
【★乳 黒糖パン】			
★黒糖パン	60		
【★乳 鶏肉のフリカッセ】			
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	50		
食塩	0.2		
黒こしょう	0.05		
薄力粉	3		
白ワイン	1		
★有塩バター	1.3		
玉葱	5		
ぶなしめじ	5 5 5		
まいたけ	5		
にんにく	0.3		
★クリーム(乳脂肪)	20		
★牛乳	20		
【★乳 マッシュポテト】			
じゃがいも	40		
★有塩バター	1.3		
★牛乳	5		
食塩	0.2		
白こしょう	0.02		
パセリ(乾)	0.1		
【★乳:ほうれんそうのクリームスープ】			
ほうれんそう(冷凍)	30		
じゃがいも	20		
玉葱	30		
食塩	0.4		
こしょう混合	0.03		
★牛乳	20		
★クリーム(乳脂肪)	7		
コンソメ(粉末)	1		
水	80		
コーンスターチ	3		
【★乳 ソフール元気ヨーグルト】			
★ソフール元気ヨーグルト	70		

2025年3月10日(月)	
献立名/食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	80
【八宝菜】	
豚モモ(脂身付き)	45
豚ばら(脂身付)	10
清酒(純米酒)	1.50
はくさい	50
玉葱	30
にんじん	15
チンゲンツァイ	30
干し椎茸	1
綿実油	0.5
上白糖	1.8
食塩	0.8
こしょう混合	0.02
こいくちしょうゆ	0.55
うすくちしょうゆ	1.6
かたくり粉	2.1
水	50
【揚げ餃子】	
ぎょうざ(冷凍)	40 3
なたね油	3
【ナムル】	
だいこん	45
にんじん	15
上白糖	1.5
食塩	0.45
うすくちしょうゆ	0.45
ごま油	1.8
ごま(すり)	2.25
エカルギ。 (1,001)	

入 小し レく 门	/ \
2025年 3月11日(火)	~ 1
<u>献立名/食品名</u> 【牛乳】	g
★ 牛 乳	1本
【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	80
【豚肉と厚揚げの味噌炒め煮】	
豚モモ(脂肪なし)	40
豚ばら(脂身付)	10
しょうが	0.5
綿実油	0.5
食塩	0.1
こしょう混合	0.02
白ねぎ	8
こいくちしょうゆ	0.8
清酒(純米酒)	3
厚揚げ	40
れんこん	15
玉葱	40
にんじん	10
キャベツ	35
赤みそ	8
削り節	1.6
水	20
【はくさいのおひたし】	
はくさい	30
ほうれんそう(冷凍)	10
えのきたけ	10
上白糖	0.9
うすくちしょうゆ	3
だし(削り節・昆布だし)	6
【手作りひじきふりかけ】	
干ひじき(ステンレス釜、乾)	3
かつお加工品(かつお節)	0.9
ごま(いり)	3
上白糖	6
本みりん	3.9
こいくちしょうゆ	5
だし(削り節だし)	20

2025年3月12日(水)				
献立名/食品名	g			
【牛乳】				
★牛乳	1本			
【ビーフストロガノフ】				
水稲穀粒(精白米)	80			
和牛モモ(脂肪なし)	60			
食塩	0.1			
こしょう混合	0.02			
パプリカ(粉)	0.05			
	2.4			
 玉葱	60			
マッシュルーム(水煮缶詰)	20			
ぶなしめじ	15			
綿実油	1			
トマトケチャップ	8			
デミグラスソース	7			
ウスターソース	6.3			
白ワイン	7.5			
水	40			
豆乳クリーム	14			
食塩	0.6			
こしょう混合	0.04			
薄力粉	0.5			
【グリーンサラダ】				
キャベツ	35			
さんどまめ(冷凍)	20			
とうもろこし(カーネル冷凍)	10			
上白糖	1.8			
食塩	0.5			
白ワインビネガー	2.4			
綿実油	0.9			
【洋なし(缶)】				
西洋なし(缶詰)	44			
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				

2025年 3月13日(木)				
献立名/食品名	g			
【牛乳】				
★牛乳	1本			
【★乳 おさつパン】				
★おさつパン	60			
【★乳 マカロニグラタン】				
鶏若鶏肉モモ(皮なし)	30			
白ワイン	0.7			
マカロニ(エルボ)	10			
オリーブ油	0.4			
玉葱	50			
じゃがいも	40			
ブロッコリー(冷凍)	20			
ぶなしめじ	10			
綿実油	1			
食塩	0.2			
こしょう混合	0.06			
★クリーム(乳脂肪)	7			
薄力粉	8			
★牛乳	42			
パン粉(乾燥)	1			
★ナチュラルチース゛(モッツァレラ)	6			
【野菜スープ】				
キャベツ	30			
にんじん	15			
さんどまめ(冷凍)	20			
とうもろこし(カーネル冷凍)	10			
食塩	0.4			
こしょう混合	0.04			
うすくちしょうゆ	2			
コンソメ(粉末)	1.5			
水	150			
1				

エネルギー(kcal)	869
たんぱく質(g)	34.5
脂質(g)	40.8
塩分(g)	2.8

エネルギー(kcal)	705
たんぱく質(g)	28.5
脂質(g)	25.0
塩分(g)	2.1
	-

エネルギー(kcal)	691
たんぱく質(g)	32.8
脂質(g)	21.8
塩分(g)	2.7

エネルギー (kcal)	695
たんぱく質(g)	28.3
脂質(g)	22.0
塩分(g)	2.5

エネルギー(kcal)	741
たんぱく質(g)	30.3
脂質(g)	24.8
塩分(g)	2.9

3 月

学校給食献立表验

2025年3月17日(月)

【牛乳】

【ご飯】

★牛乳

食塩

レモン

上白糖

厚揚げ

上白糖

食塩

水

削り節

2025年3月18日(火)

2025年3月19日(水)

2025年 3月20E	(木)

献立名/食品名 献立名/食品名 献立名/食品名 【牛乳】 【牛乳】 1本 1本 ★牛乳 ★牛乳 1本 【ビリヤニ【パキスタン料理】】 【★乳 ハニーバンズ】 ★ハニーバンズ 水稲穀粒(精白米) 80 水稲穀粒(精白米) 80 60 【カレイのレモン醤油かけ】 【鶏肉のコーンフレーク焼き】 コンソメ(粉末) カラスカレイ 70 ターメリック 0.1 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 70 0.2 0.4 70 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 食塩 4.2 しょうが 0.5 0.02 こしょう混合 2.1 0.5 エッグケアドレッシング 清酒(純米酒) にんにく 7 5 本みりん 0.3 玉葱 りんご酢 1 3 0.85 7 うすくちしょうゆ エッグケアドレッシング パン粉(乾燥) 7 カレー粉 【しゅんぎくとはくさいのごま和え】 0.8 コーンフレーク 3.5 しゅんぎく パプリカ(粉) ★パルメザンチーズ 20 0.06 はくさい 40 こしょう混合 【大麦と野菜のスープ】 0.02 7 【ブロッコリーとお豆のサラダ】 おおむぎ(押麦) 30 3 ブロッコリー(冷凍) キャベツ うすくちしょうゆ 45 15 玉葱 20 ごま(いり) 0.6 国産ミックスビーンズ 0.9 1.8 10 ごま(すり) 上白糖 にんじん だし(削り節・昆布だし) 6 食塩 0.3 こまつな 20 1.5 10 【あつあげと大根の煮物】 白ワインビネガー ぶなしめじ 1.9 30 綿実油 0.6 うすくちしょうゆ 20 1.2 0.3 豚ばら(脂身付) 食塩 うすくちしょうゆ 0.03 じゃがいも 30 【じゃがいものスープ】 白こしょう だいこん 20 じゃがいも 30 コンソメ(粉末) 1.5 15 30 にんじん はくさい 水 150 れんこん 10 20 ぶなしめじ 8 1.4 とうもろこし(か-补冷凍) 食塩 0.5 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 2.9 こしょう混合 0.04 本みりん 0.5 うすくちしょうゆ 1.2 6 0.1 がらスープ (ポーク&チキン) 150 1.6 лĸ 40

2025年3月21日(金)

献立名/食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【チキンカレーライス】	
水稲穀粒(精白米)	80
鶏若鶏肉モモ(皮なし)	40
じゃがいも	40
玉葱	40
にんじん	20
セロリー	5
にんにく	0.5 7
りんごピューレ	7
綿実油	0.5
食塩	0.3
ローレル(粉)	0.01
カレールウ	15
がらスープ(ポーク&チキン)	6.9
水	90
【キャベツのひじきドレッシング】	
キャベツ	40
アスパラガス	20
干ひじき(ステンレス釜、乾)	0.6
上白糖	2.4
食塩	0.3
綿実油	1.2
うすくちしょうゆ	1.5
米酢	1.5
【みかん(缶)】	
みかん(缶詰)	40

エネルギー(kcal) 661 たんぱく質(g) 35.4 20.9 脂質(g) 2.1 塩分(g)

エネルギー(kcal)	697
たんぱく質 (g)	30.8
脂質(g)	27.1
塩分(g)	2.5

エネルギー(kcal)	694
たんぱく質(g)	31.5
脂質(g)	29.0
塩分(g)	3.2

エネルギー(kcal)	641
たんぱく質 (g)	24.0
脂質(g)	17.4
塩分(g)	2.7

都合により食材を変更することがあります。