



# 11月の こんだて

表上: 11/1～11/7 表下: 11/8～11/15  
裏上: 11/18～11/25 裏下: 11/26～11/29  
まで記載しています。

木の葉も色づき、秋が深まりました。  
いちだんひが暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みも  
強くなってきました。風邪をひかないように  
しょくじをとり、たいりよく、めんえきりよく  
食事をとって体力・免疫力をつけましょう。  
そして冬場になるとノロウイルスのシーズンです。  
しっかり手洗い、忘れずに！

※休校や材料搬入業者の事情等により、献立や食材の  
変更が生じる場合があります。

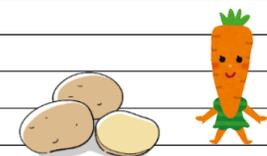
※乳製品は★のマークをつけています。

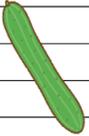
※栄養価 中学部高等部のエネルギー量を記載して  
います。中学部高等部が1に対して、小学部低学年が  
約7割、小学部高学年は約8割です。

## 創立記念祝い献立

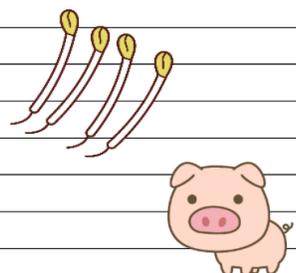
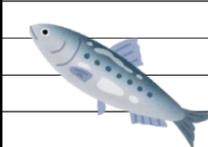
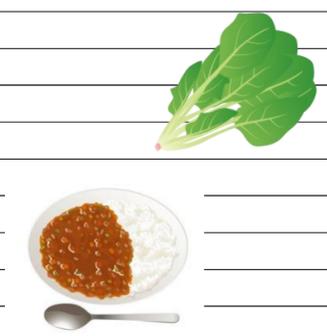
吹支内第3-7号  
令和6年10月28日  
大阪府立吹田支援学校

11月1日(金)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)
★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳
【赤飯】	【ごはん】	【ドリア風丼】	【ごはん】
金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米
もち米	【じゃがいものそぼろ煮】	アレルゲンフリーシチューフレーク	【鶏の葱だれ焼き】
あずき	鶏ミンチ肉	豚ミンチ肉	鶏もも肉
くり	米油	なす	塩
塩	じゃがいも	にんじん	米油
黒ごま	玉葱	にんにく	白ねぎ
塩	あつあげ	セロリ	こいくちしょうゆ
【魚の照り焼き】	にんじん	マッシュルーム(水煮缶詰)	醸造酢
さわら	さんどまめ(冷凍)	パセリ	さとう
こいくちしょうゆ	かつお昆布だし	米油	しょうが
さとう	だし昆布	トマト缶詰(ダイス)	ごま油
酒	削り節	トマトケチャップ	【奥だくさんみそしる(軽いも・厚揚げ)】
みりん	うすくちしょうゆ	ウスターソース	さといも
たまりしょうゆ	こいくちしょうゆ	塩	玉葱
【けんちん汁(具多め)】	さとう	こしょう	にんじん
鶏むね肉(皮付き)	酒	さとう	あつあげ
だいこん(皮付き)	みりん	こいくちしょうゆ	わかめ
にんじん	かたくり粉	チキンコンソメ	こまつな
ごぼう	【ちくわの磯辺揚げ】	赤ワイン	だいこん
さといも	焼きちくわ	かたくり粉	かつお昆布だし
つきこんにやく	水	【ポテトサラダ】	だし昆布
とうふ	あおのり	じゃがいも	削り節
青ねぎ	米粉	キャベツ	みそ
米油	米揚げ油	にんじん	
かつお昆布だし		さんどまめ(冷凍)	
だし昆布		パプリカ赤	
削り節		塩	
うすくちしょうゆ		こしょう	
塩		醸造酢	
酒		さとう	
みりん		ノンエッグマヨネーズ	
【ラ・フランスゼリー】			
ラ・フランスゼリー			
ラ・フランスゼリー：ぶどう糖果糖液糖 砂糖 西洋なしピューレ ドロマイト ゲル化剤 クエン酸 増粘多糖類 香料 クエン酸鉄Na 着色料(カロチン) 水	焼き竹輪：魚肉 でんぷん ぶどう糖 砂糖 サンフラワー油 米発酵調味液 食塩 大豆油 水		
750kcal	811kcal	768kcal	749kcal



11月8日(金)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳
【ハムピラフ】	【ごはん】	【ごはん】	【中華丼】	【ごはん】	【ごはん】
金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米
塩	【タンドリーチキン】	【カレー豚じゃが】	豚もも肉	【チキン南蛮】	【あつあげのみそ炒め】
こしょう	鶏もも肉	豚もも肉	焼きちくわ	鶏もも肉	豚もも肉
チキンコンソメ	トマトケチャップ	米油	◆ロールイカ	こしょう	たけのこ (水煮)
玉葱	濃厚ソース	糸こんにゃく	はくさい	かたくり粉	にんじん
にんじん	こいくちしょうゆ	じゃがいも	玉葱	米揚げ油	あつあげ
グリーンピース(冷凍)	カレー粉	にんじん	たけのこ	さとう	キャベツ
パプリカ赤	オイスターソース	さんどまめ(冷凍)	にんじん	こいくちしょうゆ	干し椎茸
ポークハム	にんにく	かつお昆布だし	干し椎茸	醸造酢	糸こんにゃく
オリーブ油	はちみつ	だし昆布	チンゲン菜	【エッグケア(卵不使用マヨネーズ)】	さんどまめ(冷凍)
【鶏と野菜のスープ煮】	ナツメグ(粉)	削り節	しょうが	エッグケア(卵不使用マヨネーズ)	米油
鶏もも肉	【ジュリアンスープ】	こいくちしょうゆ	米油	【中華スープ】	だし昆布
玉葱	玉葱	うすくちしょうゆ	こしょう	豚もも肉	赤みそ
にんじん	にんじん	さとう	中華スープの素	もやし	さとう
じゃがいも	だいこん	酒	こいくちしょうゆ	たけのこ (水煮)	こいくちしょうゆ
キャベツ	ピーマン	みりん	塩	にんじん	酒
セロリ	とりがらだし	カレー粉	酒	干し椎茸	みりん
パセリ	とりガラ	かたくり粉	さとう	こまつな	白ごま
とりがらだし	うすくちしょうゆ	【きゅうりの酢のもの】	オイスターソース	とうふ	ごま油
とりガラ	酒	キャベツ	ごま油	【春雨サラダ】	【にんじんレモン風味】
うすくちしょうゆ	みりん	きゅうり	かたくり粉	ポークハム	鶏ささみ肉
酒	塩	ちりめんじゃこ		緑豆はるさめ	にんじん
みりん	こしょう	塩		きゅうり	玉葱
塩	さとう	醸造酢		にんじん	さんどまめ(冷凍)
こしょう	かたくり粉	さとう		とうふ	米油
さとう	【手作りいちごミルクプリン】	みりん		とりがらだし	塩
かたくり粉	★牛乳			とりガラ	こしょう
	いちごジャム			塩	レモン汁
	上白糖			こしょう	醸造酢
	ルカンテンウルトラ			うすくちしょうゆ	さとう
	水			酒	
	 				 
706kcal	729kcal	718kcal	650kcal	818kcal	741kcal



11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【野菜ジュース】
★牛乳	★牛乳	★牛乳	きになる野菜 白ぶどう&ほうれん草
【かやくごはん】	【豚キムチ丼】	【ごはん】	【ポークカレー】
金賞健康米 だし昆布 たけのこ(水煮) 干し椎茸 にんじん 鶏むね肉(皮付き) うす揚げ つきこんにやく うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん 塩 グリーンピース(冷凍)	金賞健康米 豚もも肉 ごぼう にんじん はくさい(キムチ漬け) 白ねぎ さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん ごま油 白ごま トウバンジャン	金賞健康米 【さばの竜田揚げ】 さば しょうが こいくちしょうゆ みりん 酒 かたくり粉 米揚げ油 【鶏と根菜のみそ汁】 鶏もも肉 にんじん ごぼう だいこん うす揚げ つきこんにやく 青ねぎ かつお昆布だし だし昆布 削り節 みそ	金賞健康米 豚もも肉 米油 にんにく 玉葱 じゃがいも カレー粉 にんじん S&Bカレーフレーク(アレルギーフリー) ハウスカレーフレーク(アレルギーフリー) チキンコンソメ ウスターソース トマトピューレ こいくちしょうゆ 濃厚ソース 赤ワイン
【おでん】	【もやしのナムル】	【国産みかんゼリー】	【青菜とコーンのサラダ】
鶏もも肉 だいこん じゃがいも 板こんにやく 焼きちくわ あつあげ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう みりん 酒 かつお昆布だし 削り節 だし昆布	豆もやし にんじん こまつな こいくちしょうゆ さとう みりん 醸造酢 ごま油 白ごま	国産みかんゼリー  国産みかんゼリー：6倍濃縮温州みかん果汁 砂糖 果糖 増粘多糖類 酸味料 香料 ビタミンC 水	キャベツ ほうれんそう ホールコーン 塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ
			
774kcal	644kcal	863kcal	704kcal

# 勤労感謝の日



11月23日は「勤労感謝の日」です。給食を作っ

てくれている調理員さんや、食べ物を育ててくれている

農家さん、畜産農家さん、酪農家さん、魚などを獲っ

てくれている漁師さん、食べ物を運んでくれている

トラックの運転手さんなどへの、感謝の気持ちを忘

れずに。あいさつなどで、感謝の気持ちを示すこと

も大事ですね！

