

吹支内第3-7号

令和7年10月27日

大阪府立吹田支援学校

11月の
こんだて

表上: 11/4~11/10 表下: 11/11~11/17

裏上:11/18~11/25 裏下:11/26~11/28

まで記載しています。

こ　　は　　いろ　　あき　　ふか
木の葉も色づき、秋が深まってきました。

いちだん ひ く はや あさばん ひ こ
一段と日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みも

強^{つよ}なってきました。風邪^{かぜ}をひかないように

しょくじ食事をとってたいりよく体力・めんえきりよく免疫力をつけましょう。

そして冬場^{ふゆば}になるとノロウイルスのシーズンです。

しっかりと^{てあら}手洗いをしましょうね。

※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。

11月4日(火)		11月5日(水)		11月6日(木)		11月7日(金)		11月10日(月)	
ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】	
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【ごはん】		【カオ・ラートナー・ガイ】		えだまめ 【枝豆ごはん】		【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	
【カレー豚じゃが】 ふた		鶏もも肉 鶏むね肉（皮付き） 厚揚げ たけのこ（水煮） 青ねぎ 干し椎茸 オイスターソース さとう 料理酒 醸造酢 こいくちしょうゆ かたくり粉 中華スープの素 米油		むきえだまめ(冷凍) 塩		とりにく 【鶏肉のバジル焼き】 や		【おでん】	
豚もも肉 米油 糸こんにゃく じゃがいも 玉葱 にんじん さんどまめ（冷凍） かつお昆布だし だし昆布 削り節 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さとう 料理酒 みりん カレー粉 かたくり粉				とりにく 【鶏肉とごぼうのあまから揚げ】 あ 鶏むね肉（皮付き） ごぼう 米粉 米揚げ油 こいくちしょうゆ さとう みりん 白ごま		鶏もも肉 白ワイン 塩 こしょう 玉葱 にんにく バジル(粉) オリーブ油		鶏むね肉（皮付き） だいこん じゃがいも 板こんにゃく 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 料理酒 かつお昆布だし 削り節 だし昆布	
【きゅうりの酢のもの】 すもの		【ひじきのサラダ】		【とうふのすまし汁】 じる		【野菜スープ】 やさい		【ツナこんそぼろ】	
はくさい きゅうり ちりめんじゃこ 塩 醸造酢 さとう みりん うすくちしょうゆ		干ひじき かつお昆布だし だし昆布 削り節 料理酒 みりん こいくちしょうゆ さんどまめ（冷凍） じゃがいも にんじん 塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ		玉葱 だいこん とうふ みずな かつお昆布だし だし昆布 削り節 うすくちしょうゆ みりん		玉葱 にんじん じゃがいも キャベツ パセリ ホールコーン（冷凍） とりがらだし とりガラ うすくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 さとう かたくり粉		ツナフレーク しょうが 糸こんにゃく こまつな 白ごま さとう みりん こいくちしょうゆ 米油	
						【手作りいちごミルクプリン】 てづく			
★牛乳 いちごジャム 上白糖 ルカンテンウルトラ									
697kcal		700kcal		701kcal		745kcal		753kcal	

11月11日(火)		11月12日(水)		11月13日(木)		11月14日(金)		11月17日(月)	
【牛乳】		【飲むヨーグルト】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】	
★牛乳		★アシドミルクPULS		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【ごはん】		【豚キムチ丼】		【ごぼうのピラフ】		【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	
【ふりかけ（やさい）】		豚もも肉		ウィンナー		【キャベツシュウマイ】		【鶏肉のバーベキューソース】	
やさしいふりかけ（いろいろやさい）		ごぼう		にんじん				鶏もも肉	
【鯖の竜田揚げ】		にんじん		玉葱		豚ミンチ肉		塩	
		はくさい(キムチ漬け)		ごぼう		白ねぎ		料理酒	
		うす揚げ		むきえだまめ(冷凍)		しょうが		にんにく	
さば		青ねぎ		米油		塩		しょうが	
しょうが		さとう		白ワイン		こしょう		トマトケチャップ	
こいくちしょうゆ		こいくちしょうゆ		うすくちしょうゆ		かたくり粉		こいくちしょうゆ	
みりん		料理酒		チキンコンソメ		こいくちしょうゆ		濃厚ソース	
料理酒		みりん		塩		料理酒		さとう	
かたくり粉		ごま油		こしょう		ごま油		醸造酢	
米揚げ油		白ごま		オリーブ油		キャベツ			
【白菜のみそ汁】		トウバンジャン		【ビーフンとチンゲン菜のスープ】		グリーンピース(冷凍)		【白菜のクリームスープ】	
		【春雨サラダ】				【鶏と野菜のスープ煮】			
はくさい		ポークハム		ベーコン		鶏むね肉（皮付き）		ベーコン	
じゃがいも		緑豆はるさめ		ビーフン		玉葱		じゃがいも	
とうふ		キャベツ		にんじん		にんじん		玉葱	
えのきたけ		にんじん		干し椎茸		じゃがいも		にんじん	
青ねぎ		さんどまめ（冷凍）		チンゲン菜		キャベツ		ホールコーン（冷凍）	
かつお昆布だし		塩		塩		セロリ		はくさい	
だし昆布		こしょう		こしょう		パセリ		米油	
削り節		醸造酢		うすくちしょうゆ		とりがらだし		チキンコンソメ	
みそ		米油		料理酒		とりガラ		アルゲンフレッシュフレーク	
		ノンエッグマヨネーズ		みりん		うすくちしょうゆ		白ワイン	
				とりがらだし		料理酒		塩	
				かたくり粉		みりん		こしょう	
				【ぶどうゼリー】		塩			
				ぶどうゼリー		こしょう			
						さとう			
						かたくり粉			
763kcal		707kcal		707kcal		750kcal		766kcal	

11月26日(水)		11月27日(木)		11月28日(金)	
ぎゅうにゅう 【牛乳】		ぎゅうにゅう 【牛乳】		やさい 【野菜ジュース】	
★牛乳		★牛乳		きになる野菜 アップル&キャロット	
【チキンカレー】		【ごはん】		【ごはん】	
	金賞健康米	金賞健康米		金賞健康米	
	鶏もも肉	【ユーリンチー】		【ポークビーンズ】	
	米油				
	にんにく				
	玉葱				
	じゃがいも				
	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					
【キャベツサラダ】		ちゅうか 【中華スープ】		【キャベツとささみのごまサラダ】	
	キャベツ	もやし			
	にんじん	たけのこ (水煮)			
	ホールコーン (冷凍)	にんじん			
	醸造酢	干し椎茸			
	塩	こまつな			
	こしょう	とうふ			
	さとう	とりがらだし			
	米油	とりガラ			
		塩			
		こしょう			
		うすくちしょうゆ			
		料理酒			
		みりん			
		かたくり粉			
717kcal		755kcal		730kcal	

きんろうかんしゃひ
勤労感謝の日



がつけにち きんろうかんしゃひ きゅうしよくつく
11月23日は「勤労感謝の日」です。給食を作っ

ちょうりいん たものそだ
くれている調理員さんや、食べ物を育ててくれている

のうか ちくさんのうか らくのうか さかなと
農家さん、畜産農家さん、酪農家さん、魚などを獲っ

りょうし たものはこ
てくれている漁師さん、食べ物を運んでくれている

うんでんしゅ かんしゃ きも わす
トラックの運転手さんなどへの、感謝の気持ちを忘

かんしゃ きも しめ
れずに。あいさつなどで、感謝の気持ちを示すこと

だいじ
も大事ですね！

