

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





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。

木の葉も色づき、くくが深まってきました。 したが としが暮れるのが やくなり、 朝晩の冷え込みも

っぱくなってきました。 風邪をひかないように

しょくじ たいりょく めんえきりょく 食事をとって体力・免疫力をつけましょう。

そして^{シゅば} そして冬場になるとノロウイルスのシーズンです。

しっかりと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)
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】	【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】	鶏もも肉 鶏むね肉(皮付き)	むきえだまめ(冷凍) 塩	【 鶏肉のバジル焼 き】	【おでん】
豚もも肉	厚揚げ	【鶏肉とごぼうのあまから揚げ】	鶏もも肉	鶏むね肉(皮付き)
米油	たけのこ(水煮)		白ワイン	だいこん
糸こんにゃく	青ねぎ	鶏むね肉(皮付き)	塩	じゃがいも
じゃがいも	_ 】 干し椎茸	ごぼう	こしょう	板こんにゃく
玉葱	オイスターソース	米粉	玉葱	焼きちくわ
にんじん	さとう	米揚げ油	にんにく	あつあげ
さんどまめ(冷凍)	料理酒	こいくちしょうゆ	バジル(粉)	うすくちしょうゆ
かつお昆布だし		さとう	┃ オリーブ油	こいくちしょうゆ
だし昆布	こいくちしょうゆ	みりん	【野菜スープ】	さとう
削り節	かたくり粉	白ごま		みりん
こいくちしょうゆ	_ □ 中華スープの素	【とうふのすまし汁】	玉葱	料理酒
うすくちしょうゆ	米油		にんじん	かつお昆布だし
さとう	【ひじきのサラダ】	玉葱	じゃがいも	削り節
料理酒		だいこん	キャベツ	だし昆布
みりん	干ひじき	とうふ	パセリ	【ツナこんそぼろ】
カレ一粉	かつお昆布だし	みずな	ホールコーン(冷凍)	
かたくり粉	だし昆布	かつお昆布だし	とりがらだし	ツナフレーク
【きゅうりの酢の物】	削り節	だし昆布	とりガラ	しょうが
	┛ 料理酒	削り節	うすくちしょうゆ	糸こんにゃく
はくさい	みりん	うすくちしょうゆ	料理酒	こまつな
きゅうり	こいくちしょうゆ	みりん	みりん 	白ごま
│	■ さんどまめ(冷凍)		さとう	さとう
┃	じゃがいも にんじん		かたくり粉	
	」 塩	 	•	米油
みりん	_		てづく 【手作りいちごミルクプリン】	一
うすくちしょうゆ			★牛乳	
	/ / / / / / / / / / / / / / / / / /	1	いちごジャム	
	1		L白糖	
	1		<u>エロ帰</u> ルカンテンウルトラ	
	1	1		
	1	1		
	1			
	1			
	1			
697kcal	700kca l	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)
ぎゅうにゅう 【 牛乳 】	。 【飲むヨーグルト】	ぎゅうにゅう 【 牛乳 】	****・********************************	^{ぎゅうにゅう} 【 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 ごぼう	ウィンナー にんじん	【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)	にんじん	玉葱	豚ミンチ肉	鶏もも肉
【 鯖の竜田揚げ 】	はくさい(キムチ漬け) うす揚げ	ごぼう むきえだまめ(冷凍)	<u>白ねぎ</u> しょうが	塩 料理酒
さば	青ねぎ	米油	塩	にんにく
しょうが	さとう	白ワイン	こしょう	しょうが
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	トマトケチャップ
みりん	料理酒	チキンコンソメ	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ
料理酒	みりん		料理酒	温厚ソース
かたくり粉	ごま油	こしょう	ごま油	_ さとう
米揚げ油	白ごま	オリーブ油	キャベツ	醸造酢
【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】	グリンピース(冷凍)	【白菜のクリームスープ】
はくさい	【春雨サラダ】	ベーコン	【鶏と野菜のスープ煮】	ベーコン
じゃがいも	ポークハム	ビーフン	鶏むね肉(皮付き)	じゃがいも
とうふ	緑豆はるさめ	にんじん	玉葱	玉葱
えのきたけ	キャベツ	干し椎茸	にんじん	にんじん
青ねぎ	にんじん	チンゲン菜	じゃがいも	ホールコーン(冷凍)
かつお昆布だし	さんどまめ(冷凍)	塩	キャベツ	はくさい
だし昆布	塩	こしょう	セロリ	
削り節	こしょう	うすくちしょうゆ	パセリ	チキンコンソメ
みそ	醸造酢	料理酒	とりがらだし	アレルケ、ンフリーシチューフレーク
	米油	みりん	とりガラ	<u>白ワイン</u>
	ノンエッグマヨネーズ	とりがらだし とりガラ	うすくちしょうゆ	
		かたくり粉	料理酒 みりん	こしょう
		カバニ く り 初	<u> </u>	1
		【ぶどうゼリー】	こしょう	_
		ぶどうゼリー	<u>さとう</u>	1
			かたくり粉	1
763kcal	707kcal	707kcal	750kcal	766kcal

11月18日(火)	11月19日(水)	11月20日(木)	11月21日(金)	11月25日(火)
ぎゅうにゅう 【 牛乳 】	^{ぎゅうにゅう} 【 牛乳 】	きゅうにゅう 【 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】	【ハヤシライス】	【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
【じゃがいものそぼろ煮】	豚もも肉 にんにく	できい カネラまーほーどうぶ 【野菜たっぷり和風麻婆豆腐】	【豚肉のしょうが焼き】	【野菜と豚のごま炒め煮】
鶏ミンチ肉	塩	豚ミンチ肉	豚もも肉	豚もも肉
米油	こしょう	米油	玉葱	米油
じゃがいも	米油	とうふ(冷凍)	しょうが	だいこん
玉葱	玉葱	玉葱	料理酒	はくさい
あつあげ	にんじん	にんじん	こいくちしょうゆ	にんじん
にんじん	じゃがいも	ブロッコリー	さとう	あつあげ
さんどまめ(冷凍)	マッシュルーム(水煮缶詰)	かつお昆布だし	みりん	エリンギ
かつお昆布だし	グリンピース(冷凍)	削り節	┃ 【具だくさんみそ汁(里いも・厚揚げ)】	かつお昆布だし
だし昆布	チキンコンソメ	だし昆布		だし昆布
削り節	S&Bハヤシフレーク (アレルケ゛ンフリー)	みそ	さといも	削り節
うすくちしょうゆ	トマトピューレ	こいくちしょうゆ	にんじん	さとう
こいくちしょうゆ	トマトケチャップ	さとう	あつあげ	うすくちしょうゆ
さとう	ウスターソース	料理酒	わかめ	料理酒
料理酒	こいくちしょうゆ	ごま油	こまつな	白ごま
みりん	みりん	かたくり粉	だいこん	ごま油
かたくり粉 こまっな 【小松菜ともやしのナムル】	赤ワイン	【ちくわの塩天ぷら】	かつお昆布だし だし昆布	【野菜のすまし汁】
【小松采ともやしのナムル】	【かぼちゃのサラダ】	焼きちくわ	削り節	にんじん
こまつな	かぼちゃ(冷凍)	塩	みそ	玉葱
もやし	にんじん	米粉		うす揚げ
にんじん	ホールコーン(冷凍)	米揚げ油		えのきたけ
うす揚げ	さんどまめ(冷凍)			わかめ
こいくちしょうゆ	大豆(水煮)			かつお昆布だし
さとう	塩			だし昆布
みりん	こしょう			削り節
ごま油	ノンエッグマヨネーズ			うすくちしょうゆ
白ごま				みりん
71011	7401-001	7001.551	715/22/	71511
719kcal	749kcal	793kca l	715kcal	715kcal

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】	【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
<u>鶏</u> もも肉 米油	【ユーリンチー】	【ポークビーンズ】
にんにく	鶏もも肉	豚もも肉
玉葱	にんにく	にんにく
じゃがいも	しょうが	じゃがいも
にんじん	こいくちしょうゆ	
S&Bカレーフレーク (アレルケ`ンフリー)	料理酒	にんじん
ハウスカレーフレーク(アレルケ゛ンフリー)	かたくり粉	マッシュルーム(水煮缶詰)
チキンコンソメ	米粉	大豆(水煮)
ウスターソース	米揚げ油	│
トマトピューレ こいくちしょうゆ	白ねぎ さとう	コーンスターチ キロノン
農厚ソース	」	┃ 赤ワイン ┃
<u> ペ</u> ティーへ 赤ワイン		_
		こしょう
【キャベツサラダ】	【中華スープ】	トマト缶詰(ダイス)
キャベツ	もやし	トマトケチャップ
にんじん	たけのこ (水煮)	濃厚ソース
ホールコーン(冷凍)	にんじん	こいくちしょうゆ
醸造酢	干し椎茸	ウスターソース
塩	こまつな	みりん
こしょう	とうふ	パセリ
さとう	とりがらだし	┃ ┃ 【キャベツとささみのごまサラダ】
米油	とりガラ	
	塩	キャベツ
	こしょう うすくちしょうゆ	_ にんじん _ 鶏ささみ肉
		_
	みりん	こいくちしょうゆ
	かたくり粉	
		さとう
		1
	 	1
		1
7171	75511	72011
717kcal	755kcal	730kcal

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のうかさん、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

