



兵庫県立おこがわ特別支援学校

※ 物資等の都合により、食材を変更する場合があります。

ち
。足を
よう。

A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing a yellow long-sleeved shirt and pink shorts, sitting at a wooden desk. He is holding a red carton labeled 'MILK' with a straw in his mouth. On the desk, there is a green and white striped bowl and a book. The background is plain white.

令和7年度

9月給食献立表

兵庫県立ひがわ特別支援学校

日・曜	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	16日(火)	17日(水)	
	ごはん 牛乳 夏野菜カレー 荳ワカメのごま和え	コッペパン 牛乳 ポロニアソーセージ キャベツのソテー ミネストローネ	ごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ 筑前煮 やしのみそ汁	ごはん 牛乳 高野豆腐のうま煮 小松菜の炒めもの	ごはん 牛乳 じゃんじゃん豆腐 ピーマンの塩昆布和え	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め そうめん汁 なし	ごはん 牛乳 スバゲティナーボリタン こまつナサラダ ヨーグルト	ごはん 牛乳 鶏の照り焼き ひじきと大豆の煮物 大根のみそ汁	ごはん 牛乳 アジフライ いそべ和え じゃがいものみそ汁	ごはん 牛乳 豚じゃが カリカリきゅうり	コッペパン 牛乳 タンドリーチキン ピーンズサラダ かぼちゃと豆乳のスープ	
材料名および使用量(9)	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 豚も肉 45 ○ ひよこめ(ゆで) 6 ○ たまねぎ 35 △ にんじん 15 △ かぼちゃ 20 △ なす 10 △ スイートコーン 8 △ カットマト缶 12 △ にんにく 0.5 △ サラダ油 2 □ カレールウ 16 □ カレー粉 0.03 □ 水 80 荳ワカメ 1.4 ○ 小松菜 25 △ こいくちしょうゆ 1.5 □ 三温糖 0.5 □ いりごま 1 □	コッペパン 1 □ 普通牛乳 206 ○ ポロニアステーキ 1 枚 ○ キャベツ 35 △ サラダ油 0.5 □ 食塩 0.1 □ カレー粉 0.01 □ カットベーコン 12 ○ ミックスビーンズ 16 □ 押麦(米粒麦) 8 □ たまねぎ 15 △ じゃがいも 20 □ にんじん 10 △ カットマト缶 16 △ にんにく 0.3 △ オリーブ油 0.5 □ 食塩 0.2 □ こしょう 0.01 □ チキンスープ 16 □ コンソメ 0.8 □ 水 100	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 野菜竹輪 30 ○ 米粉 5 □ あおさ 0.1 ○ いりごま 0.5 □ サラダ油 4 □ 鶏も肉 30 ○ たまねぎ 1 △ 干しいたけ 50 △ にんじん 20 △ さやいんげん 8 △ うすくちしょうゆ 5 □ 三温糖 2 □ みりん 2.5 △ 昆布だし 0.2 □ 削り節 2 □ 水 100 豚も肉 10 ○ 小松菜 30 △ 緑豆もやし 15 △ ぶなしめじ 8 △ しょうが 0.2 △ ごま油 1 □ 中華スープ 0.2 □ こいくちしょうゆ 1.2 □ 三温糖 0.3 □ こしょう 0.02 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 30 ○ 高野豆腐 20 ○ たまねぎ 1 △ 干しいたけ 50 △ にんじん 20 △ 根菜ねぎ 5 △ 干しいたけ 1 △ 生姜 0.5 △ みりん 2.5 △ ほうれん草 20 △ ごま油 0.2 □ 三温糖 2 □ こいくちしょうゆ 3.5 △ みそ 3 ○ みりん 10 △ 昆布だし 0.5 △ 水 80 ピーマン 45 △ いりごま 0.5 □ 塩昆布 0.4 ○ ごま油 1.2 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 豚も肉 42 ○ 豚も肉 20 ○ たまねぎ 35 △ キャベツ 20 △ 小松菜 10 △ 生姜 20 △ ごま油 1.5 □ こいくちしょうゆ 3.5 △ 三温糖 1.2 □ みりん 1 □ こしょう 0.02 □ そうめん 10 □ ぶなしめじ 10 △ 木綿豆腐 10 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 3 △ 削り節 2 ○ 昆布だし 0.5 △ うすくちしょうゆ 2 □ 梨(日本) 40 △	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 50 ○ たまねぎ 45 △ キャベツ 35 △ 小松菜 20 △ 生姜 1.2 △ ごま油 1.5 □ こいくちしょうゆ 3.5 △ 三温糖 1.2 □ みりん 1 □ こしょう 0.02 □ そうめん 10 □ ぶなしめじ 10 △ 木綿豆腐 10 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 3 △ 削り節 2 ○ 昆布だし 0.5 △ うすくちしょうゆ 2 □ 梨(日本) 40 △	こがたパン 1 □ 普通牛乳 206 ○ スバゲティナー ショルダーベーコン 25 ○ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ ピーマン 12 △ ぶなしめじ 10 △ にんにく 0.3 △ オリーブ油 2 □ トマトケチャップ 6 □ トマトピューレー 16 □ ウスターソース 3 □ 食塩 0.2 □ こしょう 0.03 □ 小松菜 20 △ キャベツ 20 △ にんじん 10 △ スイートコーン 4 △ ツナフレーク 8 ○ 米酢 1.5 □ オリーブ油 0.5 □ 食塩 0.2 □ こしょう 0.01 □ ヨーグルト 1 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 1 枚 ○ こいくちしょうゆ 2.8 □ 料理酒 1.5 □ 芽ひじき 3 ○ ほうれん草 12 ○ 緑豆もやし 8 △ にんじん 7 △ 刻みのり 0.3 ○ こいくちしょうゆ 5 △ つぎこんにやく 5 △ じゃがいも 4 △ たまねぎ 10 △ 生揚げ 10 ○ カットわかめ 0.3 ○ みそ 8 ○ 煮干しだし 3 □ 昆布だし 0.3 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ アジフライ 1 尾 ○ サラダ油 4 □ 中濃ソース 5 □ ほうれん草 30 △ 緑豆もやし 20 △ にんじん 7 △ 刻みのり 0.3 ○ こいくちしょうゆ 1.8 □ 三温糖 0.25 □ 昆布だし 0.2 □ じゃがいも 40 □ 料理酒 10 △ 三温糖 2 □ こいくちしょうゆ 4 □ うすくちしょうゆ 3 □ みりん 0.5 □ 70 緑豆もやし 30 △ きゅうり 30 △ 米酢 2 □ 三温糖 1.6 □ うすくちしょうゆ 2 □ ごま油 0.8 □ いりごま 0.5 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 50 ○ たまねぎ 40 △ にんじん 25 △ じゃがいも 70 □ さやいんげん 8 △ うすくちしょうゆ 15 △ ごま油 1.5 □ 煮干しだし 2 □ 昆布だし 0.2 □ 緑豆もやし 30 △ きゅうり 30 △ 米酢 2 □ 三温糖 1.6 □ うすくちしょうゆ 2 □ ごま油 0.8 □ いりごま 0.5 □	コッペパン 1 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 70 ○ しょうが 0.3 △ にんにく 0.3 △ 食塩 0.2 □ カレー粉 0.4 □ ヨーグルト 8 ○ トマトケチャップ 4 □ こいくちしょうゆ 1 □ ミックスビーンズ 20 △ ツナフレーク 8 ○ キャベツ 20 △ きゅうり 10 △ サラダ油 1 □ 米酢 2 □ 食塩 0.2 □ 三温糖 0.4 □ こしょう 0.01 □ バンパンペースト 40 △ たまねぎ 20 △ かぼちゃ 15 △ サラダ油 0.5 □ 豆乳 40 ○ コンソメ 0.8 □ 食塩 0.3 □ こしょう 0.01 □ パセリ 0.2 △	
	中学	111kcal 24.8g 23.1g 697kcal	111kcal 24.8g 23.1g 616kcal	111kcal 24.8g 23.1g 689kcal	111kcal 24.8g 23.1g 689kcal	111kcal 24.8g 23.1g 661kcal	111kcal 24.8g 23.1g 665kcal	111kcal 24.8g 23.1g 672kcal	111kcal 24.8g 23.1g 672kcal	111kcal 24.8g 23.1g 651kcal	111kcal 24.8g 23.1g 690kcal	111kcal 24.8g 23.1g 676kcal
	日・曜	18日(木)	19日(金)	22日(月)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(金)	29日(月)	30日(火)	○：赤色の食品(体をつくるものになるもの) □：黄色の食品(熱や力になるもの) △：緑色の食品(体の調子を整えるもの) ※学年ごとに量を調整しています。 分量は、中学部を基準とし、小低は×0.6、小高は×0.85、 高等部は中学部と同じ量を配膳します。	
		ごはん 牛乳 ブルコギ えだまめ トック	ごはん 牛乳 鱈の竜田あげ かぼちゃの煮物 きのこのみそ汁	ごはん 牛乳 マーボーあつあげ トマトと卵のスープ	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ ほうれん草とウィンナーのソテー	ごはん 牛乳 ユウリンチー 小松菜ときこのナムル 中華スープ	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ツナビーマンのみそ炒め とうがん汁	ごはん 牛乳 ハニーマスタードチキン ナスとパプリカの煮込み コンソメスープ	ごはん 牛乳 アジの南蛮漬け さつまいものみそ汁 みかんゼリー	しゅん しょくざい 旬の食材 さといも、かぼちゃ、なす、しいたけ、 しめじ、えだまめ、なし 		
	材料名および使用量(9)	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 牛肉 45 ○ たまねぎ 30 △ にんじん 8 △ 白菜 30 △ 緑豆もやし 20 △ ぶなしめじ 10 △ いら 10 △ にんにく 0.3 △ ごま油 2 □ 料理酒 2 □ トウバンジャン 0.1 □ こいくちしょうゆ 5 □ 三温糖 2.5 □ 削り節 1 ○ 枝豆 20 ○ 食塩 0.2 □ たまねぎ 20 △ えのきたけ 10 △ きくらげ 0.2 △ トック 10 □ 鶏卵 15 ○ 葉ねぎ 4 △ 刻みのり 0.7 ○ チキンスープ 20 □ うすくちしょうゆ 1.8 □ 食塩 0.3 □ こしょう 0.01 □ ごま油 0.5 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ さわら 1 切 ○ しょうが 0.3 △ 料理酒 2 □ こいくちしょうゆ 3 □ たまねぎ 2 □ かたくり粉 5 □ サラダ油 4 □ かぼちゃ 50 △ 野菜竹輪 10 ○ ごま油 0.5 □ 昆布だし 0.3 □ 三温糖 0.5 □ 料理酒 0.5 □ うすくちしょうゆ 2 □ みりん 0.3 □ 水 20 油揚げ 4 ○ えのきたけ 10 △ ぶなしめじ 10 △ たまねぎ 10 △ 小松菜 10 △ みそ 8 ○ 煮干しだし 3 □ 昆布だし 0.3 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 豚挽肉 30 ○ しょうが 0.2 △ にんにく 0.2 △ たまねぎ 30 △ たけのこ 8 △ 生揚げ 60 ○ 干しいたけ 0.4 △ ごま油 1 □ ポークパイオン 15 □ 水 45 □ 料理酒 2 □ 三温糖 2 □ こいくちしょうゆ 2 □ 赤みそ 4 ○ トウバンジャン 0.1 □ かたくり粉 1.5 □ 葉ねぎ 4 △ トマト 30 △ 根菜ねぎ 10 △ えのきたけ 10 △ 鶏卵 15 ○ 葉ねぎ 5 △ チキンスープ 20 □ うすくちしょうゆ 1.2 □ 食塩 0.3 □ こしょう 0.01 □ かたくり粉 1.2 □ ごま油 0.5 □	コッペパン 1 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏挽肉 30 ○ カットベーコン 6 ○ 大豆水煮 36 ○ かたくり粉 20 ○ サラダ油 4 □ 根菜ねぎ 4 △ にんにく 0.2 △ じゃがいも 35 □ にんにく 0.3 △ ごま油 0.3 □ 米酢 2 □ 三温糖 2 □ こいくちしょうゆ 2 □ 水 2 □ エリンギ 10 △ 小松菜 38 △ 食塩 0.2 □ ごま油 0.5 □ いりごま 0.3 □ たまねぎ 15 △ チンゲンサイ 15 △ きくらげ 0.2 △ チキンスープ 16 □ 中華スープ 0.5 □ うすくちしょうゆ 1.5 □ 食塩 0.3 □ こしょう 0.01 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 60 ○ さば 1 切 ○ 食塩 0.2 □ ビーマン 40 △ ツナフレーク 8 ○ みそ 2 ○ うすくちしょうゆ 0.6 □ 料理酒 1 □ 三温糖 0.5 □ みりん 0.5 □ ごま油 1 □ いりごま 0.4 □ 鶏むね肉 10 ○ 生揚げ 10 ○ とうがん 30 △ えのきたけ 10 △ 干しいたけ 0.5 △ 葉ねぎ 3 △ 削り節 2 ○ 昆布だし 0.5 □ うすくちしょうゆ 2 □ 食塩 0.3 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ 鶏も肉 1 枚 ○ にんにく 0.3 △ 料理酒 1 □ こいくちしょうゆ 1 □ 食塩 0.25 □ はちみつ 2 □ マスタード 2 □ かたくり粉 1.5 □ サラダ油 0.6 □ なす 30 △ パプリカ 10 △ パプリカ 10 △ にんにく 0.2 △ オリーブ油 2 □ 食塩 0.3 □ こしょう 0.01 □ トウバンジャン 0.02 □ たまねぎ 20 △ ミックスビーンズ 12 ○ スイートコーン 8 △ コーンペースト 33 △ パセリ 0.2 △ チキンスープ 16 □ コンソメ 0.8 □ サラダ油 1 □ 食塩 0.2 □ こしょう 0.01 □	精白米 92 □ 普通牛乳 206 ○ あじ 1 切 ○ 料理酒 1 □ かたくり粉 5 □ サラダ油 4 □ たまねぎ 10 △ にんじん 5 △ ビーマン 5 △ 米酢 5 □ 三温糖 2.5 □ うすくちしょうゆ 1 □ 食塩 0.2 □ こしょう 0.02 □ さつまいも 40 □ たまねぎ 10 △ 生揚げ 10 △ 葉ねぎ 4 △ みそ 8 ○ 煮干しだし 3 □ 昆布だし 0.3 □ みかんゼリー 1 □	朝ごはんをしっかりと食 べて、元気に登校しま しょう！ 			
		中学	111kcal 24.4g 18.2g 651kcal	111kcal 24.8g 18.2g 694kcal	111kcal 24.8g 18.2g 685kcal	111kcal 24.8g 18.2g 651kcal	111kcal 24.2g 22.4g 657kcal	111kcal 24.8g 18.2g 664kcal	111kcal 24.8g 18.2g 706kcal	111kcal 24.8g 18.2g 696kcal		