

2月 よていこんだてひょう

2023年 2月

京都府立井手やまぶき支援学校

ひ日	こんだてめい 献立名		ぎゆう うにゆ	あか なかま 赤の仲間	き なかま 黄の仲間	みどり なかま 緑の仲間	I類ギ- たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)
	きほんしよく 基本食	けいたいしよく 形態食		ち にく 血や肉になる	ねつ ちから もと 熱や力の元になる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える	
やまぶき野菜 1水	かにめし	たいめし	○	かに,きざみのり 	こめ		751 kcal
	やまぶきかぶとりにくのにも の	やまぶきかぶとりに くのにももの		あぶらあげ,とりにく	さとう,かたくりこ	かぶ,にんじん	33.6 g
	じゃがいものあかだし	じゃがいものあかだし		わかめ,まめみそ	じゃがいも	たまねぎ,ねぎ	3.5 g
2水	ごはん	おかゆ	○		こめ		712 kcal
	さけのしおこうじやき	さけのしおこうじやき					30.6 g
	さんどまめのごまあえ	ほうれんそうのごまあえ			すりごま,さとう	さんどまめ,にんじん,キャベツ	1.7 g
	たぬきじる	たぬきじる		さつまあげ	つきこんにやく,ごまあぶら	こまつな,ねぎ,えのきたけ	
節分献立 3金	ごはん	おかゆ	○		こめ		718 kcal
	いわしのつけやき	さわらのつけやき		いわし		しょうが	34.4 g
	みずなのからしあえ	こまつなのからしあえ				みずな,はくさい	2.7 g
	とんじる	とんじる		ぶたにく,みそ		だいこん,こまつな,しめじ,ねぎ	
	ふくまめ	やわらかだいに		ふくまめ			
6月	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		827 kcal
	さばのたつたあげ	さばのたつたあげに		さば	かたくりこ,なたねゆ	しょうが	31.4 g
	いそかあえ	いそかあえ		きざみのり	さとう	こまつな,にんじん,キャベツ	2.4 g
	みそしる	みそしる		あぶらあげ,みそ		しめじ,だいこん	
リクエスト第1位 7火	こがたパン	パンがゆ	○		バターロールパン,テーブルロール パン		766 kcal
	ちゃんぼんめん	ちゃんぼんうどん		ぶたにく,おきえび,かまぼこ	ちゅうかめん,ごまあぶら,ひまわり ゆ,かたくりこ	にんにく,しょうが,もやし,はくさい,にん じん,ねぎ,ほししいたけ	40.4 g
	バンバンジーふうサラダ	バンバンジーふうサラ ダ		とりにく	ねりごま,すりごま,さとう,ごまあぶら	ピーマン,コーン,キャベツ,にんじん	3.3 g
ナンで食べよう 8水	ナン	おかゆ	○		ナン		801 kcal
	インドカレー	インドカレー		とりにく,スキムミルク,ヨーグルト	ひまわりゆ,こむぎこ,バター	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,す りおろしりんご	20.8 g
	やさいサラダ	やさいサラダ				もやし,コーン,キャベツ	2.1 g
	(てづくりになんじんドレッシング)	(てづくりにんじんド レッシング)			オリーブゆ	にんじん,たまねぎ,しょうが,にんにく, ホールのトマト	
	フルーツあんじん	フルーツあんじん			あんじんゼリー	みかん,パインアップル,もも	
旬 大根 9水	たきこみごはん	たきこみごはん	○	とりにく	こめ	たけのこ,にんじん	717 kcal
	ぶたにくとだいこんのにも もの	ぶたにくとだいこんの にももの		ぶたにく,あつあげ,さつまあげ,きりこ んぶ	ひまわりゆ,さとう	だいこん,にんじん,グリーンピース	31.9 g
	かきたまじる	かきたまじる		たまご,わかめ	かたくりこ	たまねぎ,こまつな 	2.6 g
おはなし給食 10金	スパゲティミートソース	ミートソースうどん	○	ぶたひきにく,ぎゅうひきにく,こな チーズ	スパゲッティ,ひまわりゆ	しょうが,にんにく,にんじん,たまねぎ,グ リンピース,ホールのトマト	755 kcal
	ひじきサラダ	やわらかひじき		ひじき	ごまクリーミードレッシング	キャベツ,コーン,えだまめ	28.2 g
	ホットケーキできあがり! (いちごジャムとホットケーキ)	イチゴジャムとホット ケーキ		たまご,ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス,ひまわりゆ,は ちみつ	いちごジャム	2.4 g
13月	ごはん	おかゆ	○		こめ		739 kcal
	とりにくのてりやき	とりにくのてりやき		とりにく			33.6 g
	はるさめのピリからいため	そうめんとぶたやさい いため		ぶたひきにく	はるさめ,ひまわりゆ,ごまあぶら,さ とう	しょうが,にんにく,たまねぎ,ねぎ	2.2 g
	あおなスープ	あおなスープ				こまつな,えのきたけ,だいこん	
バレンタイン 14火	ココアあげパン	パンがゆとチョコソー ス	○	スキムミルク 	コッペパン,なたねゆ,さとう	ココア	820 kcal
	ミートボールのスープに	ミートボールのスー プに		うずらたまご	かたくりこ	たまねぎ,にんじん,たけのこ,こまつな	30.8 g
	カレーサラダ	カレーサラダ			ひまわりゆ	キャベツ,ほうれんそう,もやし	3.1 g
15水	ごはん	おかゆ	○		こめ		717 kcal
	やきにく	やきにく		ぎゅうにく	ひまわりゆ,さとう,いりごま	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん	25.4 g
	ナムル	キャベツのナムル			ごまあぶら,すりごま	もやし,きゅうり	2.4 g
	わかめスープ	チンゲンサイのスープ		わかめ	ごまあぶら	えのきたけ,はくさい	

日	献立名		ぎゆうにゅ	あか なかま	き なかま	みどり なかま	たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)
	きほんしよく 基本食	けいたいしよく 形態食		ち にく 血や肉になる	ねつ ちから もと 熱や力の元になる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える	
16 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		764 kcal
	じゃこのいりに	しらすに		ちりめんじゃこ		しょうが	35.1 g
	だいずのいそに	だいずどりにくのもの		ひじき,だいず,とりにく	ひまわりゆ,つきこんにやく,さとう	ごぼう,にんじん,さんどまめ	3.8 g
	なめこじる	なめこじる		わかめ,まめみそ		なめこ,ねぎ	
17 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		704 kcal
	しろみぎかなのみそマヨネーズやき	しろみぎかなのみそマヨネーズソース		ホキ,まめみそ	ノンエッグマヨネーズ	しめじ,たまねぎ	28.7 g
	あおなのいためもの	あおなのいためもの			ひまわりゆ	もやし,こまつな	2.8 g
	ごもくスープ	ごもくスープ		ソーセージ		キャベツ,にんじん,ほうれんそう	
20 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		752 kcal
	ヤンニョムチキン	とりのからあげにヤンニョムあじ		とりにく	かたくりこ,なたねゆ,ごまあぶら,いりごま	にんにく	31.4 g
	やさしいため	キャベツとほうれんそうのいためもの			ひまわりゆ	キャベツ,こまつな,にんじん	2.3 g
	キムチスープ	キムチスープ		ぶたにく,もめんどうふ		ねぎ,はくさい,はくさいキムチ	
21 火	あじつけパン	パンがゆ	○		あじつけパン		755 kcal
	さわらのカレームニエル	さわらのカレームニエル		さわら	こむぎこ,ひまわりゆ,バター		33.7 g
	キャベコンいため	キャベコンいため		ベーコン	ひまわりゆ	キャベツ,コーン	2.9 g
	ジュリエンスープ	たまねぎスープ				たまねぎ,セロリ,にんじん	
22 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		781 kcal
	おでん	おでん		とりにく,あつあげ,うずらたまご,ちくわ	こんにやく,ひまわりゆ,さとう	だいこん,さんどまめ	33.1 g
	れんこんとぎゅうにくのスープ	れんこんとぎゅうにくのスープ		ぎゅうにく,わかめ		れんこん,ねぎ	2.3 g
旬 ブ ロ ッ コ リ ー	ごはん	おかゆ	○		こめ		738 kcal
	あじのしおやき	あじのむしやき		あじ			36.5 g
	ブロッコリーのおかかあえ	ブロッコリーのおひたし		はなかつお		ブロッコリー	2.5 g
	あつあげのみそしる	おほろどうふのみそしる		あつあげ,みそ		こまつな,しめじ	
	ももゼリー	ももゼリー			ももゼリー		
旬 か ぶ	ごはん	おかゆ	○		こめ		751 kcal
	さばのしょうがに	さばのしょうがに		さば	さとう	しょうが 	30.3 g
	かぶのゆずあえ	かぶのゆずあえ			さとう	かぶ,にんじん,ゆず	2.6 g
	みそしる	みそしる		あぶらあげ,みそ		はくさい,ねぎ	
28 火	ミルクパン	パンがゆ	○		ミルクパン		893 kcal
	ビーフシチュー	ビーフシチュー		ぎゅうにく,なまクリーム	ひまわりゆ,じゃがいも,こむぎこ,バター	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,グリーンピース,ホールトマト	31.5 g
	かみかみサラダ	だいこんサラダ			ノンエッグマヨネーズ	きりぼしだいこん,コーン,にんじん,えだまめ	2.7 g

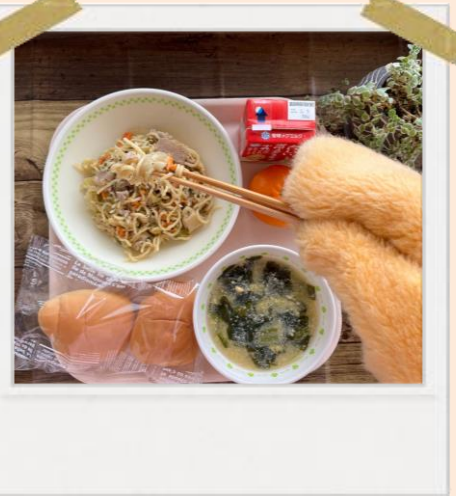
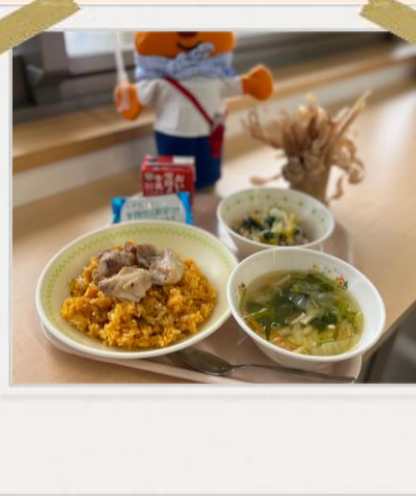
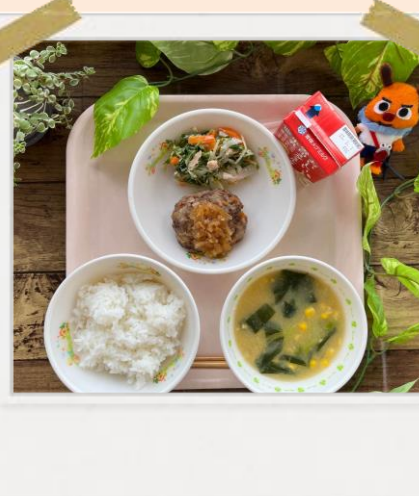
■ 肉加工品、練り物はノンアレルギー製品（乳・卵・小麦不使用）を使用しています。

■ 献立は都合により変更する場合があります。

■ 小・中・高 統一メニューを実施し、配缶量を調整しています。

〈基準〉 児童生徒の身体記録より算出 小学部 570 kcal 中学部 761 kcal 高等部 823 kcal

給食月間(1/16~2/10) フォトギャラリー



期間限定インスタグラム更新中です!ぜひ御覧ください。
<https://www.Instagram.com/yamaboo20230116/>