
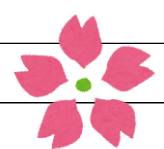
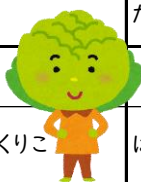


# 4月 よていこんだてひょう

2023年 4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		ぎゆうにゆう	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	E値 <sup>1</sup> 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		
12 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		931 kcal	
	カレーライス	カレーライス		ぎゅうにく,スキムミルク	ひまわりゆ,じゃがいも,こむぎこ,バター	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,グリーンピース,ホールトマト	32.2 g	
	いりじゃこ	しらすに		にぼし			2.0 g	
	フルーツあえ	フルーツあえ				みかん,パインアップル,もも		
13 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		786 kcal	
	さけのしおこうじやき	さけのしおこうじやき						32.4 g
	あおなのおひたし	あおなのおひたし			すりごま		こまつな,はくさい,もやし	2.2 g
	みそしる	みそしる			あぶらあげ,わかめ,みそ		キャベツ,にんじん	
	さくらゼリー	さくらゼリー					さくらゼリー	
14 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		715 kcal	
	とりにくのてりやき	とりにくのてりやき		とりにく			34.0 g	
	アーモンドサラダ	ごまふうみサラダ			アーモンド,ひまわりゆ,さとう	キャベツ,コーン,ほうれんそう	1.7 g	
	さわにわん	さわにわん		ぶたにく		だいこん,にんじん,こまつな		
17 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		742 kcal	
	さばのみそに	さばのみそに		さば,みそ	さとう	しょうが	29.6 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,ほうれんそう,にんじん	3.0 g	
	あおなのすましじる	すましじる		きぬごしどうふ	ふ	たまねぎ,こまつな		
18 火	あじつけパン	パンがゆ	○		あじつけパン		821 kcal	
	ぶたにくとはるキャベツのクリームに	ぶたにくとはるキャベツのクリームに		ぶたにく,あつあげ,ぎゅうにゆう,なまクリーム	じゃがいも,バター,かたくりこ		はるキャベツ,にんじん,しめじ,パセリ	30.8 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
19 水	ごはん	おかゆ	○		こめ		750 kcal	
	おやこどんぶり	おやこどんぶり		とりにく,たまご,きざみのり	ひまわりゆ,さとう,かたくりこ	たまねぎ,みつば	30.7 g	
	なのはなのからしあえ	なのはなのからしあえ				なのはな,はくさい	3.2 g	
	えのきのみそしる	みそしる		みそ		えのきたけ,キャベツ,ねぎ		
20 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		754 kcal	
	マーボーどうふ	マーボーどうふ		もめんどうふ,ぎゅうひきにく,ぶたひきにく,ぶたレバーチップ,みそ	ごまあぶら,さとう,かたくりこ	しょうが,にんにく,たまねぎ,たけのこ,ほししいたけ,ねぎ	29.6 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,たまねぎ	2.4 g	
21 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		749 kcal	
	てづくりふりかけ	のりのつくだに		はなかつお,きざみこんぶ	いりごま,さとう		30.5 g	
	ちくぜんに	ちくぜんに		とりにく	ひまわりゆ,こんにやく,さとう	ほししいたけ,ごぼう,れんこん,にんじん,たけのこ,さんどまめ	2.9 g	
	あかだし	あかだし		もめんどうふ,わかめ,まめみそ		たまねぎ,ねぎ		
24 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		745 kcal	
	いわしのかばやきふう	さわらのかばやきふう		いわし	かたくりこ,なたねゆ,さとう		28.0 g	
	たくあんあえ	キャベツのごましおあえ			すりごま	キャベツ,せんぎりたくあん	2.2 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	にんじん,ねぎ,えのきたけ		
25 火	ドッグパン	パンがゆ	○				713 kcal	
	やきウインナー	さけのしおやき		ソーセージ			27.1 g	
	キャベツソテー	キャベツのソテー			ひまわりゆ	キャベツ,にんじん	3.2 g	
	こめこマカロニのミネストローネ	ミネストローネ		ベーコン	こめこマカロニ	にんじん,たまねぎ,セロリ,にんにく,ホールトマト,パセリ		
	きよみオレンジ	かんづめみかん				きよみオレンジ		
26 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		796 kcal	
	ぎゅうどん	ぎゅうどん		ぎゅうにく,かまぼこ	ひまわりゆ,しらたき,さとう	たまねぎ,しいたけ	33.9 g	
	あつあげのみそしる	おぼろどうふのみそしる		あつあげ,みそ		こまつな,しめじ	2.5 g	
	スナップエンドウのしおゆで	スナップエンドウのやわらかに				スナップエンドウ		

ひ日	献立名		ぎゆうにゆう	あか なかま	き なかま	みどり なかま	エネルギー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 とどの体の調子を整える	
やまぶらランチの日 27木	いでちようのたけのこごはん	にんじんがゆ	○	あぶらあげ	こめ	たけのこ	704 kcal
	さわらのつけやき	さわらのつけやき		さわら		しょうが	29.2 g
	きりぼしだいこんのいために	だいこんのもの		とりにく		きりぼしだいこん, にんじん, さんどまめ	3.2 g
	わかたけじる	とうふのすましじる		わかめ, きぬごしどうふ		たけのこ, にんじん	
28金	ごはん	おかゆ	○		こめ		721 kcal
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにくのしょうがやき		ぶたにく	ひまわりゆ	たまねぎ, しょうが	28.2 g
	ほうれんそうのおひたし	ほうれんそうのおひたし			すりごま	ほうれんそう, はくさい	1.8 g
	キャベツとはるさめのごまスープ	キャベツのねりごまスープ			はるさめ, ごまあぶら, いりごま, すりごま	キャベツ, しょうが, ねぎ	
人気メニュー 29土	ごはん	おかゆ	○		こめ		737 kcal
	とりにくのからあげ	とりにくのからあげに		とりにく	かたくりこ, なたねゆ	しょうが, にんにく	30.0 g
	だいこんとツナのサラダ	だいこんとツナのサラダ		ツナ	ひまわりゆ, さとう	みずな, にんじん, だいこん	2.2 g
	レタススープ	はくさいスープ		わかめ		レタス, えのきたけ, にんじん	

■ 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

26日(水) スナップエンドウの塩ゆで：子どもたちが、前日に食育体験活動として豆の下処理を行います。豆の青々とした香りを感じながら、実を割らないように、力加減を意識してすじとりに挑戦します。

27日(木) 井手町のたけのこごはん、若竹汁：地産地消の取組で全国的にも名高い井手町で採れたたけのこを給食室でゆがいて使用します。薫り高く、春の旬の味わいです。



## 献立表の見方

ひ日	献立名		ぎゆうにゆう	あか なかま	き なかま	みどり なかま	エネルギー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 とどの体の調子を整える	
やまぶらランチの日 27木	いでちようのたけのこごはん	にんじんがゆ	○	あぶらあげ	こめ	たけのこ	704 kcal
	さわらのつけやき	さわらのつけやき		さわら		しょうが	29.2 g
	きりぼしだいこんのいために	だいこんのもの		とりにく		きりぼしだいこん, にんじん, さんどまめ	3.2 g
	わかたけじる	とうふのすましじる		わかめ, きぬごしどうふ		たけのこ, にんじん	

基本食と形態食の料理名を示しています。

形態食とは？

嚙下咀嚼が難しい児童生徒に圧力鍋やミキサーなどを使用して食べやすく形態を加工した給食です。ごぼうやたけのこ、こんにやくなどやわらかくなりづらい食品は、代替食品を使用することもあります。



基本、牛乳は毎日つきます。



食べ物の働き毎に、原材料を示しています。

地元食材を使用している場合は太字にしています。「春巻き」など料理名で示しているものは加工品です。原材料明細は必要な方にお渡しします。

基準となる中学部の栄養価を示しています。

文部科学省が作成した「学校給食摂取基準」と児童生徒の身体記録をもとに、必要栄養価を設定し、献立を作成しています。小学部(低学年、中学年、高学年)、中学部、高等部毎に配缶量を変えて栄養量を調整しています。