

# 3月 よていこんだてひょう

2024年 3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	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>キ</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	
ひなまつり 1金	ちらしずし	しらすのたきこみごはん	○	ちりめんじゃこ, きんしたまご, きざみのり	こめ, さとう	にんじん, ほししいたけ, グリンピース	673 kcal
	えびのてんぷら	たらのてんぷら		えび	てんぷらこ, なたねゆ		26.2 g
	なのはなどはなふのすましじる	なのはなのすましじる		きぬごしどうふ	はなふ	たまねぎ, なのはな	2.4 g
高等部1-2 考案献立	ごはん	おかゆ	○		こめ		760 kcal
	あおのりからあげ	あおのりからあげに		とりにく, あおのり	かたくりこ, なたねゆ	しょうが	32.4 g
	かぶのゆずじゃこあえ	かぶのゆずしらすあえ		ちりめんじゃこ	すりごま, さとう, ごまあぶら	かぶ, かぶのは, だいこん, ゆず	2.5 g
	あかだしのなめこじる	なめこじる		わかめ, まめみそ		なめこ, ねぎ, はくさい	
5火	ミルクパン	ミルクパンがゆ	○		ミルクパン		813 kcal
	チリコンカーン	チリコンカーン		ひよこまめ, ぶたひきにく, ぶたレバーチップ	ひまわりゆ, かたくりこ	にんにく, たまねぎ, にんじん, えだまめ	32.7 g
	やさいサラダ (てづくりしょうがドレッシング)	やさいサラダ (てづくりしょうがドレッシング)				もやし, コーン, キャベツ	2.8 g
					ひまわりゆ, さとう	しょうが, レモンかじゅう	
6水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ, むぎ		856 kcal
	ポークカレー	ポークカレー		ぶたにく, スキムミルク	ひまわりゆ, じゃがいも, こむぎこ, パター	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, グリンピース, ホールトマト	27.6 g
	トロピカルマンゴーゼリー	トロピカルマンゴーゼリー			マンゴーゼリー	みかん, パインアップル	2.0 g
卒業祝い 献立	おせきはん	やわらかせきはん	○	あずき	こめ, もちごめ, くるごま		820 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	32.4 g
	こまつなのおひたし	こまつなのおひたし				こまつな, 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	
	そつぎょうおいおいケーキ(高)					ショートケーキ	
	ぶどうゼリー(小中)	ぶどうゼリー				ぶどうゼリー	
8日 高等部卒業式(給食なし)							
11月	ごはん	おかゆ	○		こめ		725 kcal
	さわらのさいきょうやき	さわらのさいきょうやき		さわら, しろみそ			32.7 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	2.7 g
	けんちんじる	やわらかけんちんじる		とりにく, もめんどうふ	さといも	だいこん, にんじん, しめじ, ねぎ	
高等部1-2 考案献立	メロンパン	メロンパンがゆ	○		メロンパン		846 kcal
	チキンソテー	やわらかチキンソテー		とりにく			37.4 g
	だいこんとハムのごまドレサラダ	だいこんのごまドレサラダ		ハム	ごまクリーミードレッシング	だいこん	3.0 g
	コーンスープ	コーンスープ			かたくりこ	コーン, クリームコーン, はくさい, こまつな	
13水	ごはん	おかゆ	○		こめ		727 kcal
	ぶたキムチどんぶり	やわらかぶたキムチどんぶり		ぶたにく	ごまあぶら, かたくりこ, いりごま	にんにく, しょうが, キムチ, たまねぎ, はくさい, にんじん, いら	29.2 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	2.3 g
卒業祝い 献立	チキンライス	やわらかチキンライス	○	とりにく	こめ, ひまわりゆ	たまねぎ, にんじん, グリンピース, マッシュルーム, ホールトマト	851 kcal
	やきウインナー	やわらかしゅうまい		ソーセージ			28.5 g
	やさいスープ	やさいスープ				だいこん, こまつな, えのきたけ	2.6 g
	そつぎょうおいおいケーキ(小中)	そつぎょうおいおいケーキ				ショートケーキ	
	ぶどうゼリー(高)					ぶどうゼリー	
15日 小学部・中学部卒業式(給食なし)							
18月	はんライス	はんぶんおかゆ	○		こめ		764 kcal
	いでじゃんめん	いでじゃんうどん		だいちミート, ぶたひきにく, みそ	ちゅうかめん, ごまあぶら	にんにく, しょうが, もやし, たけのこ, にんじん, ねぎ	28.4 g
	だいこんもち	だいこんととりにくのちゅうかに			かたくりこ, だいちゆ, いりごま, さとう	だいこん, ねぎ	3.3 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570kcal 中学部761kcal 高等部823kcal