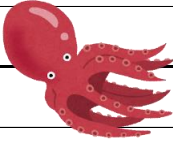
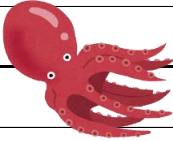
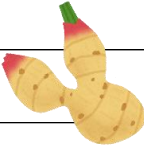
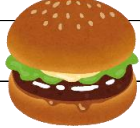
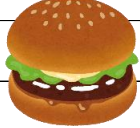
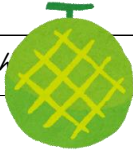


6月 よていこんだてひょう

2024年 6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	E初キー 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 ととの 体の調子を整える	
3 月	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		689 kcal
	とりにくのねぎみそやき	とりにくのみそやき		とりにく,みそ		ねぎ	33.7 g
	ごぼうサラダ	キャベツサラダ		ツナ	ごまクリーミードレッシング	ごぼう,キャベツ,にんじん	2.0 g
	みずなのすましじる	すましじる		きぬごしどうふ	てまりふ	たまねぎ,みずな	
玄米 ぼんクラッカー	ミルクパン	ミルクパンがゆ	○		ミルクパン		776 kcal
	アジフライ	アジのあげに		あじ	てんぷらこ,パンこ,なたねゆ,ノン エッグタルタルソース		33.9 g
	コーンとえだまめのサラダ	キャベツサラダ		井手町多賀産の玄米を 使ったぼん菓子 MINORI工房さんに 寄付していただきました	オリーブゆ	キャベツ,コーン,えだまめ	3.1 g
	きのこのカレースープ	さつまいものカレースープ				しめじ,にんじん,たまねぎ,えのきたけ	
	げんまいポンクラッカー	やわらかげんまいぼんクラッカー			げんまいぼんクラッカー		
5 水	ごはん	おかゆ	×		こめ		675 kcal
	のむヨーグルト	のむヨーグルト		のむヨーグルト			27.2 g
	ホイコーロー	ホイコーロー		ぶたにく,みそ	ごまあぶら,さとう	にら,キャベツ,にんじん,ピーマン,にん にく,しょうが	2.1 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,にんじん,ねぎ	
6 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		724 kcal
	さけのなんぶやき	さけのてりやきごま ソース			いりごま,くろごま,さとう		31.1 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	2.4 g
	なめこじる	なめこじる		わかめ,まめみそ		なめこ,ねぎ,だいこん	
7 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		767 kcal
	ゆかり	のりのつくだに					31.5 g
	あつあげのうまに	とうふのうまに		ぶたにく,あつあげ	こんにやく,ひまわりゆ,さとう	にんじん,たまねぎ,さんどまめ	2.7 g
	みそしる	みそしる		あぶらあげ,みそ		はくさい,ねぎ	
1 0 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		809 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	にんにく	32.1 g
	ごもくビーフン	そうめんチャンプ ルー		ぶたにく	ビーフン,ごまあぶら	しょうが,キャベツ,にんじん,こまつな	2.1 g
	チンゲンサイのスープ	チンゲンサイのスー プ				チンゲンサイ,えのきたけ,たまねぎ,コー ン	
入 梅 献 立	あじつけパン	あじつけパンがゆ	○		あじつけパン		749 kcal
	しろみぎかなのトマトソース かけ	しろみぎかなのトマ トソースかけ		からすがれい	オリーブゆ,かたくりこ	たまねぎ,しめじ,にんにく,ホールトマト	34.5 g
	こめこマカロニスープ	こめこマカロニスー プ		ハム	こめこマカロニ	キャベツ,こまつな,にんじん	3.0 g
	あおうめゼリー	あおうめゼリー			あおうめゼリー		
小 学 部 収 穫 野 菜	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		902 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,こびぎこ,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	27.2 g
	ふくじんづけ	だいこんのもの				ふくじんづけ	2.5 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	
やまぶ 1 3 木 ー ラ ン チ の 日	ごはん	おかゆ	○		こめ		762 kcal
	まんがんじとじゃこのいために	まんがんじとしらす のいために		ちりめんじゃこ	ひまわりゆ	まんがんじとうがらし,しょうが	28.5 g
	しんじゃがのそばろに	しんじゃがのぶた ロースに		ぶたひきにく,だいずミート,さつまあ げ	じゃがいも,ひまわりゆ,さとう	にんじん,たまねぎ,たけのこ,さんどまめ	2.8 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	

日	献立名		ぎゅうにゅ	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	エネルギー たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)
	きほんしょく 基本食	けいたいしょく 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 体の調子を整える	
14金	ごはん	おかゆ	○		こめ		727 kcal
	さばのみそに	さばのみそに		さば,みそ	さとう	しょうが	30.4 g
	あおなのからしあえ	あおなのからしあえ				こまつな,はくさい	2.3 g
	さわにわん	さわにわん		ぶたにく		だいこん,えのきたけ,にんじん	
かみかみWeek よくかんで食べよう	ごはん	おかゆ	○		こめ		769 kcal
	いわしのかばやきふう	さわらのかばやきソースかけ		いわし	かたくりこ,なたねゆ,さとう		29.1 g
	きゅうりとわかめのすのものの	ほうれんそうとキャベツのすのものの		わかめ	さとう	きゅうり,キャベツ,レモンかじゅう	2.3 g
	あぶらあげとこんにゃくのみそしる	たまねぎのみそしる		あぶらあげ,みそ	つきこんにゃく	もやし,たまねぎ	
	こくとうパン	こくとうパンがゆ	○		こくとうパン		736 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	29.9 g
	さきいかのかみかみサラダ	だいこんサラダ		さきいか 	さとう,ごまあぶら,いりごま	だいこん,ごぼう,きゅうり	3.0 g
	たこめし	たいめし	○	たこ,きざみのり 	こめ	しょうが	731 kcal
	こんぶととりにくのだいずのもの	とりにくのだいずのもの		だいず,とりにく,きりこんぶ	ひまわりゆ,こんにゃく,さとう	だいこん,にんじん,さんどまめ	35.0 g
	とうふのみそしる	とうふのみそしる		もめんどうふ,わかめ,みそ		たまねぎ,ねぎ	3.1 g
	とうもろこしごはん	おかゆととうもろこしソース	○		こめ	コーン	707 kcal
	バンバンジー	とりにくのむしやきとバンバンサラダ		とりにく	ねりごま,すりごま,さとう,ごまあぶら	ねぎ,しょうが,ピーマン,もやし,キャベツ,にんじん	31.5 g
	トマトときくらげのかきたまスープ	トマトのかきたまスープ		たまご	かたくりこ	たまねぎ,トマト,ねぎ,きくらげ	2.5 g
21金	ごはん	おかゆ	○		こめ		672 kcal
	きびなごのからあげ	さけのからあげ		きびなご	かたくりこ,なたねゆ		26.6 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
	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	
旬 新しyoungが	しんしょうがごはん	しんしょうががゆ	○	ちりめんじゃこ,きざみのり	こめ,いりごま	しんしょうが 	742 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			36.4 g
	ひじきのいために	やわらかひじきムース		ひじき,あぶらあげ	ひまわりゆ,さとう	にんじん,グリーンピース	3.0 g
	あおなのすましじる	すましじる		きぬごしどうふ		たまねぎ,こまつな	
旬 メロン	バンズパン	バンズパンがゆ	○				701 kcal
	てりやきハンバーグ	てりやきにこみハンバーグ		ハンバーグ 	さとう		24.8 g
	ごまネーズあえ	ごまネーズあえ			すりごま,ノンエッグマヨネーズ	キャベツ,きゅうり	3.1 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	
	メロン	メロンのワインに				アンデスメロン 	
山城産抹茶	ごはん	おかゆ	○		こめ		874 kcal
	きぬがさどんぶり	きぬがさどんぶり		あぶらあげ,ぶたにく,たまご,きざみのり	さとう,ひまわりゆ,かたくりこ	たまねぎ,しろねぎ	35.6 g
	みそしる	みそしる		わかめ,みそ,みそ		もやし,こまつな	2.8 g
	おちやまめ	にまめ おちやあじ		だいず,きなこ	かたくりこ,なたねゆ,さとう		
27木	ごはん	おかゆ	○		こめ		815 kcal
	たちうおのしちみやき	たちうおのこうみやき		たちうお	ごまあぶら,さとう,いりごま	ねぎ,しょうが,にんにく	31.7 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	ひまわりゆ,さとう	きりぼしだいこん,にんじん,さんどまめ	2.5 g
	みそしる	みそしる		あぶらあげ,わかめ,みそ		もやし	
夏越しの祓	カレーうどん	やわらかカレーうどん	○	ぶたにく	うどん,かたくりこ	にんじん,はくさい,ねぎ 	740 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	34.8 g
	てづくりみなづき	あんこ		あずき	こむぎこ,こめこ,さとう		2.2 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

6月の献立紹介

4日(火)

MINORI工房 玄米ぽんクラッカー

井手町山城多賀駅近くにあるグルテンフリーのお米の菓子専門店「MINORI工房」さん。

今回、井手やまぶき支援学校に「玄米ぽんクラッカー」を寄付していただき、給食で提供することになりました。

原材料は無農薬で育てられた山城多賀産の玄米。アレルギーがある人でも安心して食べられます。



食べ方①

さくっとそのままたべよう!



食べ方②

ぐざいをのせてたべよう!

サラダやタルタルソースをのせて、おしゃれなカナッペふう★



食べ方③

スープにいれてたべよう!

しょっかんがかわるよ。クルトンみたいなアクセントに!



寄付してくださった様子がKBS京都さん、
京都新聞さんに取材されました!

代表して受け取った小学部5年生はぽんクラッカーの原材料についてのお話を聞いたり、味の感想をわかりやすく食レポしたりしました。MINORI工房の遠藤様、ありがとうございました。

12日(水)

小学部が収穫体験に挑戦! 収穫したじゃがいもとたまねぎを使ったスペシャルカレーを提供します。

13日(木)

「やまぶーランチの日」木津川市山城町産の万願寺とうがらしをJAさんに納入していただきます。とうがらしといっても辛くなく、肉厚でジューシーな味です。

17日(月)～
21日(金)

「かみかみWeek」給食前にお口の体操に取り組んで、口を動かしやすいします。さきいか、たこ、きびなごなど噛めば噛むほど味が出たり、食感が楽しい食材を使用した給食メニューを提供します。よくかんで食べよう!

25日(火)

高等部の主権者教育で、選挙のことを勉強するために、給食メニュー「ハンバーガーor フィッシュバーガー」選挙を行い、見事ハンバーガーが当選し、採用されました。

28日(金)

日本の食文化を知ろう! 伝えよう!

水無月

6月30日は水無月を食べる日です。京都では1年のちょうど折り返しのこの日に、半年の罪や穢れを祓い、残り半年の無病息災を願う「夏越祓」が行われます。「夏越祓」の日には、「水無月」を食べます。

水無月の上部にある小豆の赤色は悪魔を払うといわれており、三角の形は暑さを払う氷を表しているそうです。給食でも、小豆からあんこを作り、水無月を提供します。『京都ならではの』を楽しみましょう。

