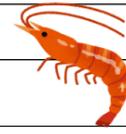


11月 よていこんだてひょう

2024年 11月

京都府立井手やまぶき支援学校

日	こんだてめい 献立名		ぎゅうにゅう	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	I和キー 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 ちようし ととの 体の調子を整える	
1 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		788 kcal
	あかうおのねぎソース	あかうおのこうみソース		あかうお	かたくりこ,こめこ,なたねゆ,さとう	ねぎ,しょうが	30.6 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	2.5 g
	こんこんじる	こんこんじる		あぶらあげ,みそ		れんこん,だいこん,にんじん,みつば	
は さん で 食 べ よ う ♪ 5 火	ドッグパン	ドッグパンがゆ	○		こくさんこむぎパン		740 kcal
	えびフライ	さわらのからあげに		えび 	てんぷらこ,パンこ,なたねゆ		25.4 g
	ノンエッグタルタルソース	ノンエッグマヨネーズ			ノンエッグタルタルソース		3.0 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,コーン	
	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	
旬 柿 6 水	ごはん	おかゆ	○		こめ		745 kcal
	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	30.4 g
	れんこんときゅうにくのスープ	れんこんときゅうにくのスープ		ぎゅうにく,わかめ		れんこん,にんじん,ねぎ 	2.3 g
	かき	かきのコンポート				かき 	
7 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		759 kcal
	とりにくのてりやき	とりにくのてりやき		とりにく			35.1 g
	はるさめのピリからいため	そうめんとぶたやさしいため		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,キャベツ,ねぎ	2.6 g
	みそしる	とうふのみそしる		あぶらあげ,わかめ,みそ		たまねぎ,にんじん	
8 金	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		730 kcal
	さばのてりやき	さばのてりやき		さば			31.8 g
	ゆかりあえ	ゆかりあえ				キャベツ,きゅうり	1.9 g
	さわにわん	さわにわん		ぶたにく		だいこん,えのきたけ,こまつな	
紅葉 焼き 1 1 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		778 kcal
	さけのもみじやき	さけのもみじソースかけ		さけ 	ノンエッグマヨネーズ	にんじん	34.4 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	2.4 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	
防災 給食 1 2 火	あじつけパン	あじつけパンがゆ	なし		あじつけパン	きになるやさしい しろぶどう&ほうれんそう	793 kcal
	やさしいジュース	やさしいジュース					18.2 g
	あたためずにおいしいやさしいシチュー	あたためずにおいしいやさしいシチュー					3.6 g
	ひをつかわないツナサラダ	まめまめツナサラダ		ツナ,ひよこまめ	ごまクリーミードレッシング	えだまめ,コーン	
	みかん	かんづめみかん				みかん	
1 3 水	キムタクごはん	ぶたキムがゆ	○	ぶたにく	こめ,ごまあぶら,いりごま	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ,たくあん,きりぼしだいこん	683 kcal
	しゅうまい	やわらかしゅうまい		しゅうまい			26.4 g
	サンラータン	サンラータン		もめんどうふ	かたくりこ	きくらげ,しろねぎ,たけのこ,えのきたけ	2.2 g
1 4 木	えだまめしおこんぶごはん	えだまめおかゆとりのつくだに	○	しおこんぶ	こめ,ごまあぶら	えだまめ	723 kcal
	かぶととりにくのにももの	かぶと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,かぶ,にんじん	32.5 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	2.8 g
中 2 年 2 組 考 案 献 立 1 5 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		824 kcal
	チキンカツ	やわらかチキンカツ		とりにく	てんぷらこ,パンこ,なたねゆ		31.0 g
	ヴィナグレッッチサラダ	ヴィナグレッッチサラダ			オリーブゆ,さとう	キャベツ,たまねぎ,きパプリカ,ホールトマト	1.7 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	
	わなしゼリー	わなしゼリー			わなしゼリー		

日	献立名		献立	赤の仲間	黄の仲間	緑の仲間	1人1食 たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)	
	基本食	形態食		血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える		
旬 さつまいも	1	さつまいもごはん	さつまいもがゆ				741 kcal	
	8月	だいずのいそに	だいずとりにくの にももの	ひじき,だいず,とりにく		ごぼう,にんじん,さんどまめ	29.7 g	
		とんじる	とんじる	ぶたにく,みそ		はくさい,こまつな,しめじ,ねぎ	3.2 g	
19 火	こくとうパン	こくとうパンがゆ			こくとうパン		712 kcal	
	しろみぎかなのピザソースや き	しろみぎかなのピザ ソースかけ	ホキ			たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム,コーン	31.7 g	
	さつまいもとウインナーの スープ	さつまいものスープ	ソーセージ		さつまいも	はくさい,ほうれんそう	2.8 g	
	チョコプリン	チョコプリン			チョコプリン			
中2年2組 立 水	2	はんライス	はんぶんおかゆ				718 kcal	
	0	いでじゃんめん	いでじゃんうどん	だいずミート,ぶたひきにく,みそ		にんにく,しょうが,もやし,たけのこ,にん じん,ねぎ	30.7 g	
		にんじんのあまずオイルあえ	にんじんのあまずオ イルあえ	ツナ		アーモンド,ひまわりゆ,さとう	キャベツ,にんじん	3.3 g
21 木	ごはん	おかゆ			こめ		852 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	32.5 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	2.3 g	
	みそしる	みそしる	あぶらあげ,わかめ,みそ			もやし		
和食の日	2	むぎごはん	おかゆ				708 kcal	
	22 金	だしがらのふりかけ	のりのつくだに	かつおぶし,きりこんぶ		さとう,いりごま		38.9 g
		あじのしおやき	あじのむしやき	あじ				2.7 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	
		だしをあじわうすましじる	だしをあじわうすま しじる	かつおぶし		てまりふ	えのきたけ,みつば	
25 月	ごはん	おかゆ			こめ		748 kcal	
	やさしいふりかけ	のりのつくだに					28.6 g	
	しそいりれんこんつくね	しそいりやわらかつ くね	ぶたひきにく		かたくりこ,さとう	れんこん,たまねぎ,しそ,しょうが	2.1 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		
26 火	きなこあげパン	パンがゆときなこ ソース	きなこ		なたねゆ,さとう		872 kcal	
	ポークビーンズ	ポークビーンズ	だいず,ぶたにく		ひまわりゆ	えだまめ,にんにく,しょうが,たまねぎ,に んじん,ホールトマト	39.4 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	2.7 g	
旬 秋野菜	2	むぎごはん	おかゆ				888 kcal	
	7 水	あきやさいかレー	あきやさいかレー	ぎゅうにく,スキムミルク		ひまわりゆ,さつまいも,こむぎこ,パ ター	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,れ んこん,しめじ,ホールトマト	28.0 g
		いりじゃこ	しらすに	にぼし				2.0 g
		フルーツカクテル	フルーツカクテル			カクテルゼリー		みかん,パインアップル,もも
28 木	ごはん	おかゆ			こめ		719 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	29.6 g	
	いそかあえ	いそかあえ	きぎみのり		さとう	こまつな,にんじん,キャベツ	2.7 g	
	なめこじる	なめこじる	わかめ,まめみそ			なめこ,ねぎ,たまねぎ		
やまぶ 1 ランチの日	2	ごはん	おかゆ				754 kcal	
	9 金	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	36.0 g	
		えびいものそばろに	えびいもとりにくの にももの	とりにく		えびいも,ひまわりゆ,さとう	ほししいたけ,にんじん,みつば	2.4 g
		えのきのみそしる	みそしる	あぶらあげ,みそ,みそ			えのきたけ,キャベツ	

■ 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