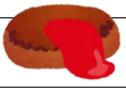


1月 よていこんだてひょう

2025年1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	エキータンぱく質 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 ととの 体の調子を整える	
お正月 献立	くろまめごはん	くろまめがゆ	○	くろまめ	こめ,もちごめ		779 kcal
	まつかぜやき	つみれに		たまご,とりひきにく,みそ,あおのり	パンこ,いりごま	たまねぎ,しょうが	31.0 g
	こうはくなます	こうはくなます			すりごま,さとう	だいこん,にんじん	2.8 g
	おぞうにふうみそしる	おぞうにふうみそしる		みそ,しろみそ	さといも	ねぎ,かぶ,きんとき,にんじん	
15 水	ごはん	おかゆ	○		こめ		746 kcal
	わふうカレーどんぶり	わふうカレーどんぶり		ぶたにく,あぶらあげ,きざみこんぶ	ひまわりゆ,かたくりこ	しょうが,たまねぎ,にんじん,ねぎ,ほししいたけ	30.0 g
	みそしる	みそしる		わかめ,みそ		しめじ,キャベツ,こまつな	3.1 g
はさんでもええやん 16 木	しょくパン	しょくパンがゆ	○		しょくパン		693 kcal
	しろみざかなフライ	さわらのからあげに		しろみざかなフライ	なたねゆ		27.6 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		2.8 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	
	はくさいとりにくのスープ	かぶとりにくのスープ		とりにく		はくさい,こまつな,しめじ	
17 金	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	757 kcal
	ぎゅうにくとあつあげのもの	ぎゅうにくととうふのもの		ぎゅうにく,あつあげ	ひまわりゆ,さとう	にんじん,たまねぎ,さんどまめ	31.4 g
	ふのみそしる	みそしる		みそ	ふ	はくさい,こまつな	2.8 g
給食月間 1/20(月)~2/7(金)							
20 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		715 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	28.8 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	1.8 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,えのきたけ	
リクエスト第6位 21 火	バターパン	バターパンがゆ	○		バターパン		805 kcal
	ハンバーグ	ハンバーグ		ぎゅうひきにく,ぶたひきにく	ひまわりゆ,かたくりこ	たまねぎ	30.9 g
	ケチャップソース	ケチャップソース					2.8 g
	もやしとピーマンのソテー	キャベツとほうれんそうのソテー			ひまわりゆ	もやし,ピーマン,コーン	
	やさいスープ	やさいスープ				だいこん,こまつな,にんじん	
22 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		786 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	31.9 g
	みそしる	とうふのみそしる		きぬごしどうふ,わかめ,みそ		キャベツ,えのきたけ	3.0 g
★アジアン 23 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		769 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	33.0 g
	ナムル	キャベツのナムル			ごまあぶら,すりごま	もやし,ほうれんそう	2.1 g
	コムタンふうスープ	コムタンふうスープ		ぎゅうにく,とうにゅう		だいこん,にんじん,しろねぎ,にんにく,しょうが	
リクエスト第5位 24 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		773 kcal
	ゆかり	のりのつくだに					30.5 g
	こんぶとりにくとだいのもの	とりにくとだいのもの		だいのり,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	2.7 g
	とんじる	とんじる		ぶたにく,みそ		はくさい,しめじ,ねぎ	
	メロンクリームソーダふうゼリー	メロンクリームソーダふうゼリー			メロンクリームソーダふうゼリー		

日	献立名		献立名	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)
	基本食	形態食		赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	
★日本 アジアツアー	ごはん	おかゆ			こめ		686 kcal
	ほっけのいちやぼし	さわらのつけやき	ほっけ				30.8 g
	きくなとはくさいのおひたし	こまつなとはくさいのおひたし			すりごま	しゅんぎく,はくさい	2.6 g
	ぶたにくとさといもじる	ぶたにくとさといもじる	ぶたにく		さといも,つきこんにゃく	だいこん,にんじん,みつば	
★火	ミルクパン	ミルクパンがゆ			ミルクパン		732 kcal
	とりにくのハニーマスタードやき	とりにくのハニーおしやき	とりにく		はちみつ		36.2 g
	ポテトサラダ	ポテトサラダ			じゃがいも,ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ,きゅうり	3.0 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	
★インド アジアツアー	ナン	おかゆ			ナン		692 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	21.6 g
	ゆでやさい	ゆでやさい	ひよこまめ			ピーマン,キャベツ	2.5 g
	(てづくりインドドレッシング)	(てづくりインドドレッシング)			ノンエッグマヨネーズ,オリーブゆ	にんじん,たまねぎ,しょうが,にんにく,ホールトマト	
★木	ごはん	おかゆ			こめ		725 kcal
	さけのしおこうじやき	さけのしおこうじやき					31.0 g
	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	1.9 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	
★タイ アジアツアー	ごはん	おかゆ			こめ		847 kcal
	パッタイ	パッタイふうやきうどん	ぶたにく,あつあげ		クイッティオ,ひまわりゆ,さとう,アーモンド	にんじん,もやし,にら,ライム	33.4 g
	トムヤンクン	トムヤンクン	むきえび			チンゲンサイ,にんじん,しめじ,しょうが,レモン	2.4 g
	ミニマンゴーゼリー	ミニマンゴーゼリー			マンゴーゼリー	パインアップル	

- 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。
- 地場産の食品は太字で表記しています。
- 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 579 kcal 中学部 758 kcal 高等部 834 kcal

給食月間ニュース



1月20日(月)から2月7日(金)まで、給食月間の取組をします。
様々な取組を通して給食への興味や関心を深め、食事を楽しみ、給食を作ってくれる人への感謝の気持ちを表しましょう。

今年は毎年大好評の「リクエスト給食」「おはなし給食」に加え、「やまぶき給食アジアツアー」を行います!!
韓国・日本・インド・タイ・中国の5か国の料理を提供します。いつもの給食とちがう「ナンプラー」や「ライム」を使った味付けや、「ナン」や「クイッティオ」などその国ならではの食材を味わって、食から世界の文化を学びましょう。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
1/20	21 ★リクエスト6位 ハンバーグ	22	23 やまぶき アジアツアー 韓国	24 ★リクエスト5位 ゼリー (メロンクリームソーダ味)
27 やまぶき アジアツアー 日本	28	29 やまぶき アジアツアー インド	30	31 やまぶき アジアツアー タイ
2/3 節分献立	4 リクエスト 第3位 あげぱん	5 やまぶき アジアツアー ★リクエスト4位 中国	6 やまぶき野菜 de おはなし給食	7 リクエスト 第1位 ?

※ リクエスト第2位
は3月に提供します!