

# 3月 よていこんだてひょう

2025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礼キー 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	
ひなまつり 3月	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	713 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		27.6 g
	なのはなと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
大好きメロンパン 4火	メロンパン	メロンパンがゆ	○		メロンパン		843 kcal
	とりにくのアーモンドてりやき	とりにくのてりやき		とりにく	アーモンド		37.1 g
	ほうれんそうのソテー	ほうれんそうのソテー			ひまわりゆ	もやし, ほうれんそう	2.9 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	
ラストカレー 5水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ, むぎ		918 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, 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
	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	
卒業お祝い献立 6木	おせきはん	やわらかせきはん	○	あずき	こめ, もちこめ, くるごま		840 kcal
	ぶりのてりやき	ぶりはらみのてりやき		ぶり			34.3 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	2.7 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	
	(高)そつぎょうおいわいケーキ				そつぎょうおいわいケーキ		
	(小・中)おいわいいちごゼリー	おいわいいちごゼリー			おいわいいちごゼリー		
7日 高等部卒業式(給食なし)							
旬菜の花 10月	ごはん	おかゆ	○		こめ		693 kcal
	ししゃものいそべあげ	さけのいそべあげに		ししゃも, あおのり	かたくりこ, なたねゆ		27.6 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	2.2 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	
11火	しょくパン	しょくパンがゆ	○		しょくパン		849 kcal
	チョコクリーム	チョコクリーム			チョコクリーム		33.5 g
	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	2.9 g
	やさいサラダ	やさいサラダ				もやし, コーン, キャベツ	
	(てづくりしょうがドレッシング)	(てづくりしょうがドレッシング)			ひまわりゆ, さとう	しょうが, レモンかじゅう	
まぜて食べよう♪ 12水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ, むぎ		772 kcal
	ビビンバのぐ(にくそぼろ)	ビビンバのぐ(あまからにく)		ぎゅうひきにく, だいちミート	ひまわりゆ, さとう	しょうが, にんにく, たまねぎ	27.5 g
	ビビンバのぐ(ナムル)	キャベツのナムル			ごまあぶら, すりごま	もやし, きりぼしだいこん, にんじん, ほうれんそう	2.5 g
	ビビンバのぐ(たまご)			きんしたまご			
	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	
卒業お祝い献立 13木	えびピラフ	やわらかピラフ	○	とりにく, むきえび	こめ, ひまわりゆ, パター	たまねぎ, にんじん, グリンピース, コーン	841 kcal
	やきウインナー	さけのしおやき		ソーセージ			30.8 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	2.5 g
	(小・中)そつぎょうおいわいケーキ	そつぎょうおいわいケーキ			おいわいケーキ		
	(高)おいわいいちごゼリー				おいわいいちごゼリー		
14日 小学部・中学部卒業式(給食なし)							
17月	かきたまうどん	やわらかかきたまうどん	○	ぶたにく, たまご	うどん, かたくりこ	にんじん, たまねぎ, ねぎ	774 kcal
	とりにくとだいちのからめに	とりにくのごましょうゆソース		とりにく, だいち	アーモンド, かたくりこ, なたねゆ, さとう		37.5 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	2.5 g
	かたぬきいちごレアチーズ	ももゼリー		かたぬきいちごレアチーズ			

■ 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