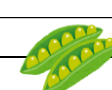
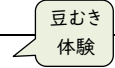


# 5月 よていこんだてひょう

2025年 5月

京都府立井手やまぶき支援学校

| ひ<br>日        | 献立名 |                           | さ<br>う<br>に<br>ゆ    | 赤の仲間                                                                                   | 黄の仲間                                                                               | 緑の仲間                                                                                               | たんぱく質<br>食塩相当量<br>(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                                                                                           |                           |
| 八十八夜 献立       | 1 木 | きざみきつねうどん                 | ぶたとうふうどん            | あぶらあげ,ぶたにく                                                                             | うどん,さとう                                                                            | にんじん,はくさい,ねぎ                                                                                       | 714 kcal                  |
|               |     | ごまネーズあえ                   | ごまネーズあえ             | ちくわ                                                                                    | すりごま,ノンエッグマヨネーズ                                                                    | キャベツ,にんじん                                                                                          | 28.3 g                    |
|               |     | とうにゅうドーナツボール<br>(まっちゃきなこ) | まっちゃきなこドーナツ<br>ツムース | きなこ                                                                                    | とうにゅうドーナツボール,だいずゆ,<br>さとう                                                          | まっちゃ            | 2.8 g                     |
| 子どもの日 献立      | 2 金 | さけちらしずし                   | さけおかゆ               | さけフレーク,きんしたまご,きざみのり                                                                    | こめ,すりごま,さとう                                                                        | せんぎりたくあん,きゅうり                                                                                      | 707 kcal                  |
|               |     | そくせきづけ                    | そくせきづけ              | しおこんぶ                                                                                  |                                                                                    | はくさい,こまつな                                                                                          | 24.2 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                                                                                            | 2.9 g                     |
|               |     | こどものひゼリー                  | こどものひゼリー            |                                                                                        | こどものひデザート                                                                          |                                                                                                    |                           |
| 7 水           |     | むぎごはん                     | おかゆ                 |                                                                                        | こめ,むぎ                                                                              |                                                                                                    | 846 kcal                  |
|               |     | チキンカレー                    | チキンカレー              | とりにく,スキムミルク                                                                            | ひまわりゆ,じゃがいも,こむぎこ,バター                                                               | しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,グリーンピース,ホールトマト                                                                 | 29.1 g                    |
|               |     | ふくじんづけ                    | だいこんのもの             |                                                                                        |                                                                                    | ふくじんづけ                                                                                             | 2.5 g                     |
|               |     | アロエフルーツヨーグルト              | フルーツヨーグルトあえ         | ヨーグルト                                                                                  |                                                                                    | みかん,パイナップル,もも,アロエ                                                                                  |                           |
| 8 木           |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 692 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                                                                                                 | 34.4 g                    |
|               |     | しんたまねぎのおかかあえ              | しんたまねぎのあえもの         | はなかつお                                                                                  |                                                                                    | たまねぎ,キャベツ,トウモロコシ                                                                                   | 2.0 g                     |
|               |     | にくだんごスープ                  | にくだんごスープ            | ミートボール                                                                                 |                                                                                    | しめじ,こまつな,はくさい,にんじん                                                                                 |                           |
| 9 金           |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 698 kcal                  |
|               |     | あじのピリからやき                 | あじのピリからやき           | あじ                                                                                     | ごまあぶら                                                                              | しょうが,にんにく                                                                                          | 33.5 g                    |
|               |     | いそかあえ                     | いそかあえ               | きざみのり                                                                                  | さとう                                                                                | こまつな,にんじん,キャベツ                                                                                     | 2.6 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                                                                                |                                                                                    | たまねぎ,しめじ                                                                                           |                           |
| 1 2 月         |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 720 kcal                  |
|               |     | ぶたにくのうめしそいため              | ぶたにくのうめしそいため        | ぶたにく                                                                                   | ひまわりゆ                                                                              | にんにく,しそ,ばいにく  | 31.3 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                                                                                    | 2.1 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                                                                                        |                           |
| 1 3 火         |     | あじつけパン                    | あじつけパンがゆ            |                                                                                        | あじつけパン                                                                             |                                                                                                    | 796 kcal                  |
|               |     | さばのオリーブオイルやき              | さばのオリーブオイルむしやき      | さば  | オリーブゆ                                                                              | にんにく                                                                                               | 34.3 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                                                                                       | 2.9 g                     |
|               |     | オニオンスープ                   | オニオンスープ             | ベーコン                                                                                   |                                                                                    | しめじ,こまつな,たまねぎ                                                                                      |                           |
| 1 4 水         |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 744 kcal                  |
|               |     | ぶたにくのやながわに                | ぶたにくのやながわに          | ぶたにく,たまご                                                                               | かたくりこ,ひまわりゆ,さとう                                                                    | ごぼう,にんじん,たまねぎ,みつば                                                                                  | 31.5 g                    |
|               |     | たぬきじる                     | たぬきじる               | さつまあげ                                                                                  | つきこんにゃく,ごまあぶら                                                                      | にんじん,ねぎ,えのきたけ                                                                                      | 2.4 g                     |
| 1 5 木         |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 730 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                    |
|               |     | 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,たまねぎ,ねぎ                                                                                  | 2.5 g                     |
|               |     | みそしる                      | みそしる                | わかめ,みそ                                                                                 |                                                                                    | もやし,こまつな      | 豆むき体験                     |
| やまぶきランチ 1 6 金 |     | えんどうごはん                   | えんどうがゆ              |                                                                                        | こめ                                                                                 | うすいえんどう       | 724 kcal                  |
|               |     | すきやきふうに                   | すきやきふうに             | ぎゅうにく,やきどうふ                                                                            | ひまわりゆ,しらたき,さとう                                                                     | たまねぎ,にんじん,はくさい,しいたけ,ねぎ                                                                             | 29.6 g                    |
|               |     | みそしる                      | みそしる                | わかめ,みそ                                                                                 |                                                                                    | えのきたけ,キャベツ,こまつな                                                                                    | 3.1 g                     |
| 1 9 月         |     | ごはん                       | おかゆ                 |                                                                                        | こめ                                                                                 |                                                                                                    | 739 kcal                  |
|               |     | さけのなんぶやき                  | さけのてりやきごまソース        | さけ                                                                                     | いりごま,くろごま,さとう                                                                      |                                                                                                    | 32.4 g                    |
|               |     | こまつなのゆかりあえ                | こまつなのゆかりあえ          |                                                                                        |                                                                                    | キャベツ,こまつな                                                                                          | 2.6 g                     |
|               |     | みそしる                      | みそしる                | あぶらあげ,わかめ,みそ                                                                           |                                                                                    | たまねぎ,にんじん                                                                                          |                           |

| 献立名              | 基本食              | 形態食              | 赤の仲間<br>血や肉になる  | 黄の仲間<br>熱や力の元になる     | 緑の仲間<br>体の調子を整える                    | たんぱく質<br>食塩相当量<br>(中学部基準) |
|------------------|------------------|------------------|-----------------|----------------------|-------------------------------------|---------------------------|
|                  |                  |                  |                 |                      |                                     |                           |
| こくとうパン           | こくとうパン           | こくとうパンがゆ         |                 | こくとうパン               |                                     | 812 kcal                  |
| だいずのカレーに         | だいずのカレーに         | だいずのカレーに         | だいず,ぶたにく,スキムミルク | ひまわりゆ,バター,こむぎこ       | しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,パセリ             | 34.8 g                    |
| ごぼうサラダ           | キャベツサラダ          | 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                       | 2.7 g                     |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 688 kcal                  |
| ぶたキムチどんぶり        | ぶたにくキムチどんぶり      | ぶたにくキムチどんぶり      | 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,はくさいキムチ,たまねぎ,はくさい,にんじん,にら | 26.8 g                    |
| あおなスープ           | あおなスープ           | あおなスープ           |                 |                      | こまつな,えのきたけ,だいこん                     | 1.8 g                     |
| そらまめのしおゆで        | そらまめのやわらかに       | そらまめのやわらかに       |                 | 豆むき体験                | そらまめ                                |                           |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 736 kcal                  |
| わかめふりかけ          | のりのつくだに          | のりのつくだに          | わかめふりかけ         |                      |                                     | 25.4 g                    |
| にくじゃが            | にくじゃが            | にくじゃが            | ぎゅうにく,さつまあげ     | じゃがいも,しらたき,ひまわりゆ,さとう | にんじん,たまねぎ,グリーンピース                   | 2.5 g                     |
| えのきスープ           | こまつなスープ          | こまつなスープ          |                 |                      | こまつな,えのきたけ,はくさい                     |                           |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 752 kcal                  |
| とりにくのからあげ        | とりにくのからあげに       | 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                           | 30.8 g                    |
| きりぼしだいこんのツナサラダ   | だいこんのツナサラダ       | だいこんのツナサラダ       | ツナ              | ごまあぶら,さとう            | きりぼしだいこん,こまつな,にんじん                  | 2.4 g                     |
| えのきのみそしる         | みそしる             | みそしる             | みそ              |                      | えのきたけ,キャベツ,ねぎ                       |                           |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 763 kcal                  |
| いわしのかばやきふう       | さわらのかばやきソースかけ    | 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       |                                     | 30.0 g                    |
| こまつなのおかかあえ       | こまつなのあえもの        | こまつなのあえもの        | はなかつお           |                      | こまつな,キャベツ                           | 2.3 g                     |
| みそしる             | みそしる             | みそしる             | あぶらあげ,わかめ,みそ    |                      | もやし                                 |                           |
| こがたパン            | パンがゆ(はんりょう)      | パンがゆ(はんりょう)      |                 | バターロールパン,テーブルロールパン   |                                     | 672 kcal                  |
| ツナとトマトのスパゲティ     | ツナとトマトうどん        | ツナとトマトうどん        | ツナ,ベーコン         | スパゲッティ,ひまわりゆ         | たまねぎ,しめじ,ピーマン,ホールトマト                | 26.1 g                    |
| やさしいサラダ          | やさしいサラダ          | やさしいサラダ          |                 |                      | もやし,コーン,キャベツ                        | 3.0 g                     |
| (てづくりオニオンドレッシング) | (てづくりオニオンドレッシング) | (てづくりオニオンドレッシング) |                 | ひまわりゆ,さとう            | たまねぎ                                |                           |
| チャーハン            | やわらかチャーハン        | やわらかチャーハン        | やきぶた            | こめ,ごまあぶら             | たまねぎ,にんじん,グリーンピース,ほししいたけ            | 710 kcal                  |
| しゅうまい            | やわらかしゅうまい        | やわらかしゅうまい        | しゅうまい           |                      |                                     | 24.9 g                    |
| ちゅうかスープ          | ちゅうかスープ          | ちゅうかスープ          |                 | ごまあぶら                | チンゲンサイ,コーン,はくさい                     | 3.1 g                     |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 742 kcal                  |
| だいずのいそに          | だいずととりにくのいそに     | だいずととりにくのいそに     | ひじき,だいず,とりにく    | ひまわりゆ,つきこんにゃく,さとう    | ごぼう,にんじん,さんどまめ                      | 28.0 g                    |
| さわにわん            | 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                     | 2.2 g                     |
| あじさいゼリー          | あじさいゼリー          | あじさいゼリー          |                 | あじさいゼリー              |                                     |                           |
| ごはん              | おかゆ              | おかゆ              |                 | こめ                   |                                     | 736 kcal                  |
| さばのしょうがに         | 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                                | 31.2 g                    |
| あおなのおひたし         | 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                     |
| あおさとうふのみそしる      | あおさとおぼろとうふのみそしる  | あおさとおぼろとうふのみそしる  | もめんとうふ,あおさ,みそ   |                      | たまねぎ,ねぎ                             |                           |

■ 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

5月16日は、やまぶーランチの日だぶ〜!



えんどうごはんに使っているえんどうまめは、井手町にある農家さんが作ったえんどうまめを使っています。給食では、お手伝いとして児童・生徒がさやから豆をとりだす活動をします。みんなで協力してむいたえんどうまめを、ごはんにときこんで味わいます。豆の香りや肌触り、食感など五感を使って味わってほしいと思います。

