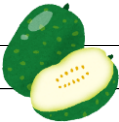


9月 よていこんだてひょう

2025年 9月

京都府立井手やまぶき支援学校

ひ 日	よてい 献立名		さ う に ゆ	あか なかま 赤の仲間 ち にく 血や肉になる	き なかま 黄の仲間 ねつ ちから もと 熱や力の元になる	みどり なかま 緑の仲間 からだ ちょうし ととの 体の調子を整える	工部キー たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)
	きほんしよく 基本食	けいざいしよく 形態食					
2 火	あじつけパン	あじつけパンがゆ	○		あじつけパン		754 kcal
	とりにくのトマトソースに	とりにくのトマト ソースに		とりにく	オリーブゆ,かたくりこ	たまねぎ,にんにく,ホールトマ ト	32.7 g
	かぼちゃのバターやき	かぼちゃのもの			バター	かぼちゃ	2.9 g
	あおなスープ	あおなスープ		きぬごしどうふ		こまつな,だいこん	
旬 なつやさい 3 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		829 kcal
	なつやさいカレー	なつやさいカレー		ぶたにく,スキムミルク	ひまわりゆ,こむぎこ,パ ター	しょうが,にんにく,なす,かぼちゃ,たま ねぎ,にんじん,ピーマン,ホールトマト	26.5 g
	ふくじんづけ	だいこんのもの				ふくじんづけ	2.2 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	
4 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		791 kcal
	こうやどうふのたまごとじ	おぼろどうふのた まごとじ		たまご,こうやどうふ,さくら えび		たけのこ,にんじん,みつば,ほ しいたけ	39.6 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	3.0 g
	ごはん	おかゆ			こめ		818 kcal
5 金	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		31.7 g
	きんぴらごぼう	きんぴらだいこん		ぎゅうにく	しらたき,ごまあぶら	ごぼう,にんじん	2.5 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	
	ごはん	おかゆ			こめ		670 kcal
重陽の節句 8 月	とりにくのしおこうじやき	とりにくのしおこう じやき	○	とりにく			33.3 g
	きくのおひたし	きくのおひたし				こまつな,はくさい,きく	1.7 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,つきこんにやく	だいこん,にんじん,みつば	
	ミルクパン	ミルクパンがゆ			ミルクパン		725 kcal
9 火	しろみぎかなのガーリックマ ヨやき	しろみぎかなの ガーリックマヨむし	○	ホキ	ノンエッグマヨネーズ,さど う	レモンかじゅう,にんにく	33.0 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	2.9 g
	こめこまカロニのミネスト ローネ	ミネストローネ		ベーコン	こめこまカロニ	にんじん,たまねぎ,セロリ,に んにく,ホールトマト,パセリ	
	はんライス	はんぶんおかゆ			こめ		789 kcal
10 水	ピリからごまとうにゅうどん	ピリからごまとう にゅうどん	○	ぶたひきにく,あぶらあげ, ちくわ,みそ,とうにゅう	うどん,ごまあぶら,さとう, ねりごま,すりごま,らーゆ	キャベツ,にんじん,チンゲンサ イ,ねぎ	31.1 g
	にくだんごのあまずいため	にくだんごのトマト に		ミートボール	ひまわりゆ,さとう,かたくり こ	たまねぎ,たけのこ,さんどま め,ホールトマト	2.7 g
	とうもろこしごはん	おかゆとうもろこ しソース			こめ	コーン	711 kcal
	ゴーヤチャンプルー	ゴーヤチャンプ ルー		ぶたにく,もめんどうふ,たま ご	ひまわりゆ,さとう	ゴーヤ,しいたけ,にんじん,た まねぎ,しょうが	31.6 g
沖縄 献立 11 木	もずくスープ	はくさいスープ	○	もずく		えのきたけ,にんじん,ねぎ	2.4 g
	ごはん	おかゆ			こめ		786 kcal
	さばのうめしょうがに	さばのうめしょうが に		さば	さとう	うめぼし,しょうが	30.1 g
	たなべなすのでんがく	たなべなすのでん がくに		しろみそ,まめみそ	ひまわりゆ,さとう,いりごま	たなべなす 	2.3 g
やまぶき ランチの日 12 金	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	
	こくとうパン	こくとうパンがゆ			こくとうパン		723 kcal
	とびうおフライ	たらのあげに		とびうお	てんぷらこ,パンこ,なたね ゆ		31.6 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		3.1 g
16 火	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	
	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	

こんだてめい 献立名			ぎ ゆう うに ゆ	あか なかま 赤の仲間 ち にく 血や肉になる		き なかま 黄の仲間 ねつ ちから もと 熱や力の元になる		みどり なかま 緑の仲間 からだ ちようし ととの 体の調子を整える		工初キー たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)	
ひ 日	きほんしよく 基本食	けいたいしよく 形態食									
旬 巨 峰	むぎごはん	おかゆ	○			こめ,むぎ				755 kcal	
	マーボー豆腐	マーボー豆腐		もめんどうふ,ぎゅうひきに く,ぶたひきにく,ぶたレバー	ごまあぶら,さとう,かたくり こ	しょうが,にんにく,たまねぎ,た けのこ,ほししいたけ,ねぎ	29.9 g				
	ザーサイスープ	チンゲンサイの スープ		ハム		チンゲンサイ,はくさい,しめじ, ザーサイ	2.6 g				
	きよほう	きよほうのワインに				ぶどう(皮つき、生)					
旬 とう が ん	ごはん	おかゆ	○			こめ				734 kcal	
	さばのさっぱりおろしあえ	さばのさっぱりお ろしソースかけ		さば		さとう	だいこん	33.0 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			
	とうがんとハムのスー	とうがんのスープ		ハム		とうがん,たけのこ,しょうが,ね ぎ					
1 9 金	ごはん	おかゆ	○			こめ				806 kcal	
	とりにくのだいずのからめに	とりにくのごましょ うゆソース		とりにく,だいず		かたくりこ,なたねゆ,さとう		28.2 g			
	きゅうりのピリからサラダ	きゅうりのピリから サラダ				ごまあぶら,さとう,いりごま	キャベツ,きゅうり,コーン,にん にく	1.2 g			
	かたぬきいちごレアチーズ	さくらんぼゼリー		かたぬきいちごレアチーズ							
2 2 月	ごはん	おかゆ	○			こめ				657 kcal	
	あきぎけのちゃんちゃんやき	あきぎけとみそや さいソース		さけ,みそ	ひまわりゆ,さとう,バター	しめじ,たまねぎ,ピーマン,に んじん	29.8 g				
	小松菜のゆかりあえ	こまつなのゆかり あえ				キャベツ,こまつな	2.5 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					
2 4 水	ごはん	おかゆ	○			こめ				760 kcal	
	ぶたにくのスタミナどんぶり	ぶたにくのスタミ ナどんぶり		ぶたにく,みそ	ひまわりゆ,さとう,いりご ま,かたくりこ	にんにく,きパプリカ,にら,に んじん,たまねぎ	33.9 g				
	あつあげのみそしる	おぼろ豆腐のみ そしる		あつあげ,みそ		こまつな,しめじ	2.4 g				
2 5 木	むぎごはん	おかゆ	○			こめ,むぎ				774 kcal	
	あじのしおやき	あじのしおやき		あじ				29.5 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	2.3 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 6 金	ごはん	おかゆ	○			こめ				811 kcal	
	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	26.5 g				
	キャベツとはるさめのごま スープ	キャベツのねりご まスープ			はるさめ,ごまあぶら,いり ごま,すりごま	キャベツ,ほうれんそう,しょう が	2.2 g				
2 9 月	ごはん	おかゆ	○			こめ				768 kcal	
	さばのごまてりやき	さばのてりやき		さば	いりごま,さとう			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	2.5 g				
	まいたけと豆腐のみそしる	おぼろ豆腐のみ そしる		もめんどうふ,みそ		たまねぎ,ねぎ,まいたけ					
3 0 火	ミルクパン	ミルクパン	○			ミルクパン				803 kcal	
	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	32.9 g				
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリーのサ ラダ			ひまわりゆ,さとう	ブロッコリー,キャベツ,コーン, しょうが,レモンかじゅう	2.7 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。

■ 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 565 kcal 中学部 780 kcal 高等部 850 kcal