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

| ### ### ############################# | からだっちょうしっととの体の調子を整える | 食塩相当量 |
|--|-----------------------------------|----------|
| とりにくのトマトソースに とりにくのトマト | | (中学部基準) |
| 2 とりにくのトマトソースに | | 754 kcal |
| 水 かぼちゃのバターやき かぼちゃのにもの あおなスープ おかゆ さがしたし さがかゆ さがからがいかし さがかゆ さがから さがらがらがいこん とうぶのみそしる さがか さがから さがらがらがいこん とうぶのみそしる さがか さがらだいこん とうぶのみそしる さばん おがゆ さがらだいこん とうぶのみそしる さがらだいこん とうぶのみそしる さがらだいこん とうぶのみでしる さがらがら さがら | はぎ,にんにく,ホールトマ | 32.7 g |
| ### おきごはん おかゆ こめ,むぎ ぶたにくとさといもしる ころみざかなのガーリックマ おたにくとさといもしる ボール・シー この こまつ がたにくとさといもしる ボール・シースがけ まていく ことが まている ことり こまっている こまつ ぶたにくとさといもしる ボール・ツクマーヨネーズ,さと トキャベッのソテー ショクパン しまわりゆ こまわりゆ、こがより こめ かたくりこ、なたにく さといも、つきこんにゃく だいこん とうふがなのガーリックマ しろみざかなの カーリックマョおし キャベッのソテー ショクパン しまわりゆ キャベッのソテー ショカりゆ こめ カルルぎに、 こといも、つきこんにゃく だいこ まんぴんどう こんにゃく ブンエックマョネーズ,さと トキャベッのソテー ひまわりゆ キャベッのソテー ひまわりゆ キャベッのソテー ひまわりゆ キャベッのソテー ひまわりゆ カカル またに しょう かんどう こんにゃく カルル・ファー カル・カー・ファース・ファース・ファース・ファース・ファース・ファース・ファース・ファー | ちゃ | 2.9 g |
| なつやさいカレー 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 のまわりゆ、こむぎご、バター のよい のまがりではない。 | つな,だいこん | |
| ************************************ | | 829 kcal |
| およくじんづけ | が,にんにく,なす,かぼちゃ,たまこんじん,ピーマン,ホールトマト | 26.5 g |
| アロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト トあえ コーグルト 日本 マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト 日本 マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト コーグルト マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト コーグルト マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト コーグルト マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト コーグルト マロエフルーツョーグルト マロエフルーツョーグルト トあえ コーグルト コーグルト マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエン・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエフ・ マロエン・ マロエ | じんづけ | 2.2 g |
| ではん おかゆ こめ たけの しい たけの しい たけの しい たまれの ではん おかゆ こめ ではん おかゆ こめ ではん おかゆ こめ でわらのかばやき シースかけ きんぴらごぼう きんぴらだいこん とうふのみそしる とうふのみそしる とうふのみそしる とりにくのしおこうじやき さくのおひたし ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといも じる ミルクパン しろみざかなの ガーリックマ しろみざかなの ガーリックマヨむし 火 キャベツのソテー やまへツのソテー ではわりゆ キャベ でまわりゆ ション・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | ん,パインアップル,もも, | |
| 大 | - | 791 kcal |
| なめこじる なめこじる ためん たいわしのかばやきふう さわらのかばやき ソースかけ きんぴらごぼう きんぴらだいこん とうふのみそしる とうふのみそしる とりにくのしおこうじやき さくのおひたし ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといも じる ミルクパン かん とりにく さといものがなのガーリックマ しろみざかなの カーリックマョむし 大 キャベツのソテー とりにく ひまわりゆ キャベ はあいゆ とりにく でき カーリックマョむし 大 キャベツのソテー とりにく ひまわりゆ キャベ はあい かんどうふ, かめ, まめみそ なめ こめ とりにく しらたき, ごまあぶら ごぼう もめんどうふ, わかめ, まめみそ なめ こばっ きゅうにく しらたき, ごまあぶら ごぼう もめんどうふ, わかめ, みそ とりにく こめ とりにく こまっ ぶたにくとさといもじる ボード・マー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー | のこ,にんじん,みつば,ほ ヽたけ | 39.6 g |
| いわしのかばやきふう さわらのかばやき | こ,ねぎ,たまねぎ | 3.0 g |
| 1 | | 818 kcal |
| 金 きんぴらごぼう きんぴらだいこん とうふのみそしる とうふのみそしる とうふのみそしる とうふのみそしる とりにくのしおこう じゃき きくのおひたし ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといも じる ミルクパン ボトニスク シャラ しろみざかなの ガーリックマョむし 大ヤベツソテー キャベツのソテー でまわりゆ こまつり マリにく はいっしゃく だいっしゃく だいっしゃ マリにく カーリックマョむし 大ヤベツソテー マまわりゆ キャベツのソテー でまわりゆ キャベツのソテー でまわりゆ キャベツのソテー とりにく しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しゃまれ とりにく しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しらたき,ごまあぶら ごぼう もめんどうふ,わかめ,みそ しらたき,ごまあぶら ボース・カー・ロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | | 31.7 g |
| ではん おかゆ こめ とりにくのしおこうじやき とりにくのしおこうじゃき さくのおひたし ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといもじる ミルクパンがゆ しろみざかなのガーリックマ しろみざかなの カーリックマヨむし ヤャベツソテー キャベツのソテー ひまわりゆ キャベ | う,にんじん | 2.5 g |
| # 8 | ねぎ,ねぎ | |
| 8 とりにくのしおこうじやき じやき さくのおひたし さくのおひたし ぶたにくとさといも じる ミルクパン ミルクパンがゆ ミルクパン しろみざかなのガーリックマ しろみざかなの 当やき ガーリックマヨむし キャベツのソテー ヤャベツソテー なまわりゆ キャベ | | 670 kcal |
| きくのおひたし | (CA) IN | 33.3 g |
| ぶたにくとさといもじる ぶたにくとさといも ぶたにく さといも,つきこんにゃく だいこ ミルクパン ミルクパンがゆ ミルクパン しろみざかなの コやき ガーリックマヨむし キャベツのソテー キャベツのソテー ひまわりゆ キャベ | つな,はくさい,きく | 1.7 g |
| 9 しろみざかなのガーリックマ はろみざかなの ガーリックマヨむし キャベツのソテー ノンエッグマヨネーズ,さと しモン う ひまわりゆ | こん,にんじん,みつば | |
| 9 ヨやき ガーリックマヨむし う レモン *** う ひまわりゆ キャベ | | 725 kcal |
| 火 キャベツソテー キャベツのソテー ひまわりゆ キャベ | ンかじゅう,にんにく | 33.0 g |
| | ベツ,コーン | 2.9 g |
| 1 | じん,たまねぎ,セロリ,に | |
| ローネ マイストローイ マーストローイ んにく はんライス はんぶんおかゆ こめ | く,ホールトマト,パセリ | 789 kcal |
| | ヾツ,にんじん,チンゲンサ | 31.1 g |
| 「にゅうつとん ○ ちくわ,みぞ,とうにゅう ねりごま,すりごま,5ーゆ 1,ね; | ぎ ねぎ,たけのこ,さんどま | |
| $\begin{bmatrix} -1 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1)^2 - (-1)^2 \end{bmatrix} \begin{bmatrix} (-1)^2 - (-1)^2 \\ (-1$ | ニールトマト | 2.7 g |
| とうもろこしごはん おかゆととうもろこ こめ コーン | | 711 kcal |
| 1/17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-17-1 | ヤ,しいたけ,にんじん,た ぎ,しょうが | 31.6 g |
| | きたけ,にんじん,ねぎ | 2.4 g |
| さばん 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 うめほ | まし,しょうが | 30.1 g |
| 全 金 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 たなへ | べなす | 2.3 g |
| | なぎ,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,バンこ,なたね ゆ | | 31.6 g |
| 6 ノンエッグタルタルソース ブンエッグマヨネー ス ノンエッグタルタルソース | | 3.1 g |
| 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 | 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 | ス,えのきたけ,にんじん | |

| | 5日 | 献立名 | | | sh なかま 赤の仲間 | 黄の仲間 | みどり なかま 緑の仲間 | エネルギー たんぱく質 |
|-------|-------------|---------------------|---------------------|----|--|--------------------------|----------------------------------|------------------|
| | Н | きほんしょく 基本食 | けいたいしょく 形態食 | にゅ | たく 血や肉になる | た。 から む 熱や力の元になる | からだっちょうしっととの 体の調子を整える | 食塩相当量 (中学部基準) |
| 旬 巨峰 | | むぎごはん | おかゆ | | | こめ,むぎ | | 755 kcal |
| | 1 7 | マーボーどうふ | マーボーどうふ | | 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 | けのこ,ほししいたけ,ねぎ | 29.9 g |
| | 水 | 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 |
| | | きょほう | きょほうのワインに | | | | ぶどう(皮つき、生) | |
| 旬と、 | | ごはん | おかゆ | | | こめ | | 734 kcal |
| | ا 8 | 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 |
| かが | 木 | あおなのおひたし PTA 試食会 | あおなのおひたし | | in the | すりごま | こまつな,はくさい,もやし | 2.4 g |
| h | | とうがんとハムのスー中・高 | とうがんのスープ | | 114 | | とうがん,たけのこ,しょうが,ね ぎ | |
| | | ごはん | おかゆ | | | こめ | | 806 kcal |
| | 9 | とりにくとだいずのからめに | とりにくのごましょ うゆソース | 0 | とりにく,だいず | かたくりこ,なたねゆ,さとう | | 28.2 g |
| | · 金 | 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 | | | |
| | | ごはん | さいソース | | こめ | | 657 kcal | |
| | 2 | あきざけのちゃんちゃんやき | | _ | 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 |
| | 月 | 小松菜のゆかりあえ | こまつなのゆかり あえ | O | | | 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 | |
| | | ごはん | おかゆ | ┨ | | こめ | | 760 kcal |
| | 4 | 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 |
| | 水 | 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 | 2.4 g |
| 旬 さんま | | むぎごはん | おかゆ | | | こめ,むぎ | | 774 kcal |
| | 2 | あじのしおやき | あじのしおやき | | あじ (1) | | | 29.5 g |
| | 木 | きりぼしだいこんのいために | だいこんのにもの | | 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 | |
| | | ごはん | おかゆ | 0 | | こめ | | 811 kcal |
| | 2 6 ❖ | にくじゃが | にくじゃが | | ぎゅうにく,さつまあげ | りゆ,さとう | にんじん,たまねぎ,グリンピース | 26.5 g |
| | 並 | 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 |
| | | ごはん | おかゆ | | | වන් | | 768 kcal |
| | 2 9 月 | 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 |
| | | まいたけととうふのみそしる | おぼろどうふのみ 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 | 0 | | 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ゲン製品 (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