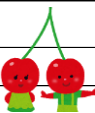


11月 よていこんだてひょう

2025年 11月

京都府立井手やまびき支援学校

日	献立名		きょううにゅ	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	しらねー たんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)
	きほんしよく 基本食	けいだいしよく 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 ちようし ととの 体の調子を整える	
はさんで食べよう 4火	ドッグパン	パンがゆ	○				609 kcal
	ツナサンドのぐ	ツナサンドのぐ		ツナ	ひまわりゆ, さとう	たまねぎ, キャベツ	23.5 g
	こめこマカロニのミネストローネ	ミネストローネ		ベーコン	こめこマカロニ	にんじん, たまねぎ, セロリ, にんにく, ホールトマト	2.5 g
旬 秋野菜	おぎごはん	おかゆ	○		こめ, おぎ		862 kcal
	あきやさいカレー	あきやさいカレー		ぎゅうにく, スキムミルク	ひまわりゆ, ぎつまいも, こおぎこ, バター	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, れんこん, しめじ, ホールトマト	29.1 g
	いりじゃこ	だいこんのにも		にぼし 			2.0 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, パインアップル, もも, アロエ	
6木	ごはん	おかゆ	○		こめ		653 kcal
	たらんさいきょうやき	たらんさいきょうやき		まだら, しろみそ			30.6 g
	コーンとえだまめのサラダ	いそかあえ			オリーブゆ	キャベツ, コーン, えだまめ, にんじん	2.5 g
	すましじる	すましじる		かまぼこ		たまねぎ, こまつな	
旬 柿	ごはん	おかゆ	○		こめ		703 kcal
	ホイコーロー	ホイコーロー		ぶたにく, みそ	ごまあぶら, さとう	にら, キャベツ, にんじん, ピーマン, にんにく, しょうが	26.8 g
	サンラータン	サンラータン		もめんどうふ	かたくりこ 	きくらげ, しろねぎ, たけのこ, えのきたけ	1.9 g
	かき	かきのコンポート				あまがき	
紅葉焼き 10月	ごはん	おかゆ	○		こめ		731 kcal
	さけのもみじやき	さけのもみじソースかけ		さけ 	ノンエッグマヨネーズ	にんじん	33.0 g
	ほうれんそうのおひたし	ほうれんそうのおひたし			すりごま	ほうれんそう, はくさい	2.0 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	こまつな, にんじん, ねぎ, えのきたけ	
1火	あじつけパン	パンがゆ	○		あじつけパン		818 kcal
	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, こおぎこ	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん	33.3 g
	やさいのまりね	やさいのまりね			さとう	にんじん, こまつな, キャベツ	2.8 g
12水	はんライス	はんぶんおかゆ	○		こめ		581 kcal
	やさいたっぷりやきそば	やさいたっぷりやきうどん		ぶたにく, あおのり	ちゅうかめん, ひまわりゆ	キャベツ, たまねぎ, にんじん, もやし	22.7 g
	にらスープ	ほうれんそうスープ		ソーセージ		だいこん, にら, えのきたけ	2.3 g
13木	ごはん	おかゆ	○		こめ,		736 kcal
	さばのみそに	さばのみそに		さば, みそ	さとう	しょうが	29.5 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
	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	
おはなし給食 14金	ごはん	おかゆ	○		こめ		758 kcal
	れんこんとどりにくのあまずあえ	れんこんとどりにくのあまずあえ		とりにく	ぎつまいも, かたくりこ, こめこ, さとう 	れんこん, しょうが, にんにく	27.7 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	2.0 g
	わなしゼリー	わなしゼリー			わなしゼリー		
17月	ごはん	おかゆ	○		こめ		773 kcal
	さけのしおこうじやき	さけのしおこうじやき					34.4 g
	さといものそばろに	えびいもとどりにくのにも		とりひきにく	さといも, ひまわりゆ, さとう	ほしいたけ, にんじん, みつば	2.0 g
	とうふのあかだし	あかだし		もめんどうふ, わかめ, まめみそ		たまねぎ, ねぎ	
18火	こくとうパン	パンがゆ	○		こくとうパン		673 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	29.3 g
	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	2.8 g
	さくらんぼゼリー	さくらんぼゼリー			さくらんぼゼリー		

日	献立名		ぎゆうにゅ	あかなかま 赤の仲間 うにく 血や肉になる	きかなかま 黄の仲間 あつちからもと 熱や力の元になる	みどりなかま 緑の仲間 からだちよいしと 体の調子を整える	エネギー 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					
1 9 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		688 kcal
	ぶたみそどんぶり	ぶたみそどんぶり		ぶたにく,みそ,しろみそ	ひまわりゆ,さとう	にんじん,もやし,しめじ,こまつな	27.8 g
	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	2.0 g
やまぶき野菜 2 0 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		759 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,しろねぎ	30.0 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	2.3 g
和食の日 2 1 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		667 kcal
	あじのしおやき	あじのむしやき		あじ			34.6 g
	きりぼしだいこんのいために	だいこんのにも		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	2.2 g
	だしをあげわすましじる	だしをあげわすましじる		かつおぶし	てまりふ	えのきたけ,みつば	
2 5 火	ぜんりゅうふんパン	パンがゆ	○		ぜんりゅうふんパン		625 kcal
	とりにくのハニーマスタードやき	とりにくのハニーマスタードやき		とりにく	はちみつ		34.5 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	3.2 g
	えのきスープ	こまつなスープ				こまつな,えのきたけ,はくさい	
2 6 水	ごはん	おかゆ	○		こめ		729 kcal
	マーボーどうふ	マーボーどうふ		もめんとどうふ,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	27.3 g
	きくらげのちゅうかスープ	ちゅうかスープ			ごまあぶら	きくらげ,チンゲンサイ,にんじん,だいこん	2.3 g
旬 秋野菜 2 7 木	えだまめしおこんぶごはん	えだまめおかゆとりのりのつくだに	○	しおこんぶ	こめ,ごまあぶら	えだまめ	744 kcal
	あつあげのうまに	どうふのうまに		ぶたにく,あつあげ,うすらたまご	こんにゃく,ひまわりゆ,さとう	にんじん,たまねぎ,さんどまめ	31.1 g
	あきやさいたっぷりスープ	あきやさいたっぷりスープ			さつまいも 	しめじ,えのきたけ,はくさい,たまねぎ	2.4 g
旬 さつまいも 2 8 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		786 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		31.0 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
	さつまじる	さつまじる		みそ	さつまいも	だいこん,ごぼう,しめじ,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。

■ 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、配分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

季節の料理

■ 10日(月) さけの紅葉焼き

すりおろした人参をマヨネーズにませて焼くことできれいな紅葉色になります。



和食の日

■ 21日(金) 和食献立の日

11月24日は「和食の日」です。日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・承継の大切さについて考える日です。



11月14日(金)
おはなし給食



14 11月14日(金) 14
おはなし給食
れんこちゃんのおはなし給食
～れんこちゃんのおはなし給食～



れんこちゃんのさがしもの ～れんこんととりにくのあまずあえ～

「どんな本？」

食べるのが大好きなれんくんは、お料理が得意なお父さんのお手伝いをよくします。誕生日に自分の包丁を買ってもらってからは、ますますお料理のお手伝いをするようになりました。ある日、れんこんを切ると、輪切りにされたれんこんが「こんにちは。れんこちゃんよ。」と話し始め、「煮物になるのは、いやっ。」と言って逃げ出しました。慌てたれんくんは、れんこちゃんの後を追いかけます。いったい、れんこちゃんは、何になりたかったのかな？