

6月 よていこんだてひょう

2025年 6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		ぎゆうにゆう	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	I初キー 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	
おはなし給食 1月	ごはん	おかゆ	○		こめ		746 kcal
	おばけのてんぷら	おばけのてんぷらに		とりにく,のりのつくだに	こめこ,なたねゆ		31.7 g
	ゆかりあえ	ゆかりあえ				キャベツ,きゅうり	2.5 g
	みそしる	みそしる		わかめ,みそ		もやし,こまつな	
2火	こくとうパン	こくとうパンがゆ	○		こくとうパン		754 kcal
	ポークビーンズ	ポークビーンズ		だいず,ぶたにく	ひまわりゆ	えだまめ,にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,ホールトマト	34.3 g
	アスパラサラダ	アスパラサラダ			ひまわりゆ	キャベツ,コーン,アスパラガス	2.5 g
3水	キムタクごはん	ぶたキムがゆ	○	ぶたにく	こめ,ごまあぶら,いりごま	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ,たくあん,きりぼしだいこん	672 kcal
	しゅうまい	やわらかしゅうまい		しゅうまい			24.7 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	2.5 g
4木	ごはん	おかゆ	○		こめ		784 kcal
	たちおのしちみやき	たちおのこうみやき		たちお	ごまあぶら,さとう,いりごま	ねぎ,しょうが,にんにく	28.7 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	2.0 g
	すましじる	すましじる		きぬごしどうふ,わかめ		たまねぎ,にんじん	
やまぶきランチの日 5金	ごはん	おかゆ	○		こめ		759 kcal
	まんがんとじゃこのために	まんがんとしらすのために		ちりめんじゃこ	ひまわりゆ	まんがんとじゃこがらし,しょうが	28.6 g
	しんじゃがのそばろに	しんじゃがとぶたソースのもの		ぶたひきにく,だいずミート,さつまあげ	じゃがいも,ひまわりゆ,さとう	にんじん,たまねぎ,たけのこ,さんどまめ	3.0 g
	えのきのみそしる	みそしる		わかめ,みそ		えのきたけ,キャベツ,ねぎ	
8月	ごはん	おかゆ	○		こめ		723 kcal
	くしなやしきとり	とりにくのやしきとりソース		とりにく	ひまわりゆ,さとう,かたくりこ	たまねぎ,しろねぎ	25.4 g
	こんぶあえ	こんぶあえ		しおこんぶ		はくさい,きゅうり	2.6 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	
9火	ミルクパン	ミルクパンがゆ	○		ミルクパン		720 kcal
	さけのレモンやき	さけのレモンむしやき		さけ		パジル,レモンかじゅう	33.4 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	2.7 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	
小学部収穫野菜 10水	おぎごはん	おかゆ	○		こめ,おぎ		876 kcal
	ポークカレー	ポークカレー		ぶたにく,スキムミルク	ひまわりゆ,じゃがいも,こおぎこ,バター	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,グリーンピース,ホールトマト	27.3 g
	ふくじんづけ	だいこんのもの				ふくじんづけ	2.5 g
	コロコロマスカットゼリー	コロコロマスカットゼリー			マスカットゼリー	みかん,パインアップル	
入梅献立 11木	おやこうどん	やわらかおやこうどん	○	とりにく,たまご	うどん,かたくりこ	にんじん,たまねぎ,ねぎ	516 kcal
	ひじきのいために	やわらかひじきムース		ひじき,あぶらあげ	ひまわりゆ,さとう	にんじん,グリーンピース	25.3 g
	あおうめゼリー	あおうめゼリー			あおうめゼリー		2.4 g
12金	ごはん	おかゆ	○		こめ		701 kcal
	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	28.8 g
	そくせきづけ	そくせきづけ		しおこんぶ		はくさい,きゅうり	2.6 g
	なすのみそしる	なすのみそしる		わかめ,みそ		えのきたけ,キャベツ,なす	
15月 か	ごはん	おかゆ	○		こめ		778 kcal
	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		28.9 g
	きゅうりとわかめのすのもの	ほうれんそうとキャベツのすのもの		わかめ	さとう	きゅうり,キャベツ,レモンかじゅう	2.3 g
	あぶらあげとこんにやくのみそしる	たまねぎのみそしる		あぶらあげ,みそ	つきこんにやく	にんじん,たまねぎ	

日	献立名 <small>こんだてめい</small>		赤の仲間 <small>あか なかま</small> ち にく 血や肉になる	黄の仲間 <small>き なかま</small> ねつ ちから もと 熱や力の元になる	緑の仲間 <small>みどり なかま</small> からだ ちようし ととの 体の調子を整える	エネルギーたんぱく質 食塩相当量 (中学部基準)	
	基本食 <small>きほんしょく</small>	形態食 <small>けいたいしょく</small>					
み か み W E E K よ く か ん で た べ よ う	1 6 火	あじつけパン		あじつけパン		763 kcal	
		ミートボールのスープに	ミートボールのスープに	○ ミートボール,うずらたまご	かたくりこ 	たまねぎ,にんじん,たけのこ,こまつな	29.9 g
		さきいかのかみかみサラダ	だいこんサラダ	さきいか	さとう,ごまあぶら,いりごま	だいこん,ごぼう,きゅうり	3.0 g
	1 7 水	たこめし	たいめし	たこ 	こめ	しょうが	745 kcal
こんぶとりにくとだいずのもの		とりにくとだいずのもの	○ だいず,とりにく,きりこんぶ	ひまわりゆ,こんにやく,さとう	だいこん,にんじん,さんどまめ	35.1 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	3.1 g	
メロン		メロンのワインに			アンデスメロン		
1 8 木	ごはん	おかゆ		こめ		717 kcal	
	パンパンジー	とりにくのおしやきとパンパンサラダ	○ とりにく 	ねりごま,すりごま,さとう,ごまあぶら	ねぎ,しょうが,ピーマン,もやし,キャベツ,にんじん	31.4 g	
	トマトときくらげのかきたまスープ	トマトのかきたまスープ	たまご	かたくりこ	たまねぎ,トマト,ねぎ,きくらげ	2.1 g	
1 9 金	ごはん	おかゆ		こめ		671 kcal	
	きびなごのからあげ	さけのからあげ	○ きびなご	かたくりこ,なたねゆ		26.6 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	2.1 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 2 月	ごはん	おかゆ		こめ		725 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	35.6 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	2.5 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		こまつな,しめじ		
フ ァ ィ フ ス コ 山 城 産 レ タ ス	2 3 火	バンズパン		バンズパン		704 kcal	
	てりやきハンバーグ	てりやきにごみハンバーグ	○ ハンバーグ	さとう		26.3 g	
	ごまネーズあえ	ごまネーズあえ	ちくわ	いりごま,ノンエッグマヨネーズ	キャベツ,にんじん	3.3 g	
	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		
高 等 部 投 票 デ ザ ィ ト	2 4 水	ごはん		こめ		794 kcal	
	きぬがさどんぶり	きぬがさどんぶり	○ あぶらあげ,ぶたにく,たまご,きぎみのり	さとう,ひまわりゆ,かたくりこ	たまねぎ,しろねぎ	33.2 g	
	みそしる	みそしる	もめんどうふ,わかめ,みそ		もやし 	2.8 g	
	プリン	プリン		プリン 			
2 5 木	ごはん	おかゆ		こめ		678 kcal	
	さわらのゆうあんやき	さわらのゆうあんやき	○ さわら		ゆず	30.6 g	
	あおなのからしあえ	あおなのからしあえ			こまつな,はくさい	2.3 g	
	たぬきじる	たぬきじる		つきこんにやく,ごまあぶら	にんじん,ねぎ,えのきたけ		
2 6 金	ごはん	おかゆ		こめ		728 kcal	
	ぶたにくのチリソースに	ぶたにくのチリソースに	○ ぶたにく,あつあげ	なたねゆ,ごまあぶら,さとう,かたくりこ	たまねぎ,にんじん,ピーマン,しょうが,にんにく,ホールトマト,グリーンピース	26.3 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,だいこん	1.5 g	
夏 越 し の 被	2 9 月	ごはん		こめ		819 kcal	
	とりにくのあまからに	とりにくのあまからに	○ とりにく	ひまわりゆ,さとう,かたくりこ	たまねぎ,にんじん,しめじ,チンゲンサイ,たけのこ	31.6 g	
	みょうがのみそしる	こまつなのみそしる	もめんどうふ,わかめ,みそ		みょうが	1.9 g	
	みなづき 	あんこ		こむぎこ,こめこ,さとう,あまなっとう			
3 0 日	ごはん	おかゆ		こくさんこむぎパン		677 kcal	
	ウインナーのピザソースやき	とりにくのピザソースかけ	○ ソーセージ		たまねぎ,しめじ,コーン	27.1 g	
	だいこんとツナのサラダ	だいこんとツナのサラダ	○ ツナ	ひまわりゆ,さとう	みずな,にんじん,だいこん	3.6 g	
	あおなスープ	あおなスープ			こまつな,えのきたけ,もやし		

■ 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