


7月 よていこんだてひょう

2026年 7月

京都府立井手やまぶき支援学校

日	こんだてめい 献立名		ぎゅう うに ゆ	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初一 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	
1 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		680 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,こまつな,にら,にんじ かん,たまねぎ	26.9 g
	みずなスープ	みずなスープ				みずな,えのきたけ,コーン	2.0 g
旬 なす	ごはん	おかゆ	○		こめ		639 kcal
	あじのつけやき	あじのつけやき		あじ		しょうが	30.6 g
	あおなのいためもの	あおなのいためもの			ひまわりゆ 	もやし,こまつな	2.7 g
	なすのみそしる	なすのみそしる		みそ		えのきたけ,キャベツ,なす	
3 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		696 kcal
	たっかるび	たっかるび		とりにく,みそ	さとう,ひまわりゆ	しょうが,にんにく,かぼちゃ,しめ じ,たまねぎ,キャベツ,ピーマン	29.2 g
	さんしょくなむる	キャベツのナムル			ごまあぶら,さとう	こまつな,もやし,にんじん	2.0 g
七夕 献立	あなごちらしずし 	さけおかゆ	○	あなご,きんしたまご,きざみの り	こめ,さとう	にんじん,きゅうり	728 kcal
	たなばたじる	たなばたじる		きぬごしどうふ	そうめん 	たまねぎ,オクラ,にんじん	24.1 g
	きらきらあまなついろゼリー	きらきらあまなついろ ゼリー			カクテルゼリー 	なつみかん(缶詰)	1.9 g
食育★ とうもろこ しの皮むき	こがたパン	パンがゆ(半量)	○		ミルク100(小型パン)		769 kcal
	わふうスパゲティ	わふううどん		とりにく	スパゲッティ,ひまわりゆ	たまねぎ,えのきたけ,しめじ,エリ ンギ	33.1 g
	むしとうもろこし	コーンポタージュ				コーン 	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	
やまぶ ーラン チの日	ごはん	おかゆ	○		こめ		725 kcal
	マーボーなす	マーボーなす		ぎゅうひきにく,ぶたレバーチッ プ,みそ	ごまあぶら,さとう,かたくりこ	なす,しょうが,にんにく,ピーマン, にんじん,ほししいたけ	25.0 g
	ザーサイスープ	チンゲンサイのスー プ				チンゲンサイ,はくさい,しめじ, ザーサイ	2.5 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			
9 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		681 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	33.3 g
	きゅうりのうめあえ	きゅうりのうめあえ			さとう	キャベツ,きゅうり,ばいにく	2.6 g
	みそしる	みそしる		あぶらあげ,わかめ,みそ		もやし 	
旬 はも	ごはん	おかゆ	○		こめ		787 kcal
	はもてんぷら	たらのてんぷら		はも(生) 	てんぷらこ,なたねゆ		30.3 g
	おろしてんつゆ	とろとろおろしてん つゆ				だいこん 	2.3 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	
	みずなのすましじる	すましじる		きぬごしどうふ		たまねぎ,みずな	
旬 冬瓜	ごはん	おかゆ	○		こめ		790 kcal
	さばのしおやき	さばのしおやき		さば 			35.4 g
	とうがんととりひきにくのもの	とうがんととりにくの もの		とりひきにく 	ひまわりゆ,かたくりこ	とうがん,しょうが	2.6 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	
1 4 火	ココアあげパン	パンがゆとチョコ ソース	○	スキムミルク	規格パン,なたねゆ,さとう		868 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	33.4 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 く	キャベツ,きゅうり,コーン,にんに く	2.8 g

日	献立名		赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 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	形態食				
旬 すいか	むぎごはん	おかゆ		こめ,むぎ		809 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,バター	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	29.7 g
	いりじゃこ	しらすに	にぼし			1.8 g
	すいか	すいかゼリー			すいか 	
ひんやりセレクトスイーツ	はんライス	はんりょうおかゆ		こめ		711 kcal
	いでじゃんめん	いでじゃんうどん	だいちミート,ぶたひきにく,いでちようかあちゃんみそ	ちゆうかめん,ごまあぶら	にんにく,しょうが,もやし,たけのこ,にんじん,ねぎ	30.0 g
	えだまめ	やわらかえだまめ			えだまめ	2.6 g
	★セレクトスイーツ	★セレクトスイーツ				
	①れいとうパイン	①みずようかん			れいとうパイン	
	②だいふく	②シークワサーゼリー		だいふく		
③シークワサーゼリー			シークワサーゼリー			

- 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 542 kcal 中学部 756 kcal 高等部 843 kcal



- 6日(月)とうもろこしの皮むき : 小学部5・6年生が皮むきに挑戦します。
- 8日(水)やまぶーランチの日 : 井手町産なすを使ったマーボーなすを提供します。
- 10日(金)祇園祭献立 : 14日から始まる前祭にちなみ、はもの天ぷらを提供します。

6日(月)七夕献立

やまぶーにんじんで
お祝いだぶー!



16日(木)なつのひんやりセレクトスイーツ

3つのひんやりスイーツの中から、自分で好きなものを選びます。

- ①冷凍パイン
- ②大福(豆乳いちご味)
- ③シークワサーゼリー

