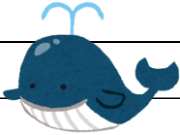
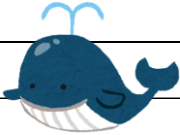
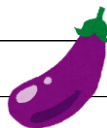
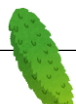
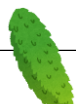


9月 よていこんだてひょう

2026年 9月

京都府立井手やまぶき支援学校

		こんだてめい 献立名		ぎ 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	エネルギー 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 なつやさい	2 水	むぎごはん	おかゆ	○		こめ,むぎ		850 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	26.6 g
		ふくじんづけ	だいこんのもの				ふくじんづけ	2.2 g
		フルーツヨーグルトあえ	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	
ドラえもん の誕生日	3 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		768 kcal
		さけのしおやき	さけのしおやき		さけ			31.5 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,キャベツ,もやし	2.2 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	
		みずようかん	みずようかん			みずようかん		
クジラの日	4 金	ごはん	おかゆ	○		こめ		691 kcal
		くじらのたつたあげ	くじらのたつたあげ		くじら	かたくりこ,こめこ,なたねゆ	しょうが,にんにく	30.8 g
		こんぶあえ	こんぶあえ		しおこんぶ		はくさい,きゅうり	1.9 g
		かきたまじる	かきたまじる		たまご	かたくりこ	たまねぎ,こまつな	
7月	7 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		693 kcal
		あじのつけやき	あじのつけやき		あじ		しょうが	32.0 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	2.4 g
		たぬきじる	たぬきじる		さつまあげ	つきこんにやく,ごまあぶら	にんじん,ねぎ,えのきたけ	
		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			
8火	8 火	あじつけパン	あじつけパンがゆ	○		あじつけパン		747.0 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	30.7 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	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,たまねぎ,コーン	
重陽の節句	9 水	ごはん	おかゆ	○		こめ		687.0 kcal
		きくぶたどん	きくぶたどん		ぶたにく	ひまわりゆ,さとう 	たまねぎ,にんじん,しめじ,きく	27.6 g
		こまつなのすましじる	すましじる		きぬごしどうふ		こまつな,みずな	2 g
やまぶき ランチの日	10 木	ごはん	おかゆ	○		こめ		752 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 	29.2 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	2.1 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	
沖縄 献立	11 金	どうもろこしごはん	おかゆとどうもろこしソース	○		こめ 	コーン	709 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,しめじ,にんじん,たまねぎ,しょうが	31.5 g
		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
14月	14 月	ごはん	おかゆ	○		こめ		746 kcal
		とりにくのからあげ	とりにくのからあげに		とりにく	かたくりこ,なたねゆ	しょうが,にんにく	30.8 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	2.4 g
		みそしる	みそしる		あぶらあげ,わかめ,みそ		もやし	

2026年 9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 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	工初キー 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	
1 5 火	のおヨーグルト	のおヨーグルト		のおヨーグルト			678 kcal
	こくとうパン	こくとうパンがゆ			こくとうパン		30.7 g
	さわらのカレーニエル	さわらのカレーニエル		さわら	こむぎこ、ひまわりゆ、バター		2.5 g
	ひじきサラダ	やわらかひじき		ひじき	ごまクリーミードレッシング	キャベツ、コーン、えだまめ	
	やさいスープ	やさいスープ				だいこん、こまつな、えのきたけ	
ひえ ひえ みかん	むぎごはん	おかゆ			こめ、むぎ		792 kcal
	マーボー豆腐	マーボー豆腐		もめん豆腐、ぎゅうひきにく、ぶたひきにく、ぶたレバーチップ、みそ	ごまあぶら、さとう、かたくりこ	しょうが、にんにく、たまねぎ、たけのこ、ほししいたけ、ねぎ	30.1 g
	たまごわかめスープ	たまごスープ		たまご、わかめ	かたくりこ	こまつな	2.3 g
	れいとうみかん	かんづめみかん				れいとうみかん 	
1 7 木	こまつなとじゃこごはん	こまつなしらすがゆ		ちりめんじゃこ	こめ、ごまあぶら、いりごま	こまつな	751 kcal
	ぶたにくとだいこんのもの	ぶたにくとだいこんのもの		ぶたにく、あつあげ、さつまあげ、きりこんぶ	ひまわりゆ、さとう	だいこん、にんじん、グリーンピース	35.7 g
	とうふのみそしる	とうふのみそしる		もめん豆腐、わかめ、みそ		たまねぎ、ねぎ	3.0 g
	ごはん	おかゆ			こめ		635 kcal
1 8 金	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、キャベツ、にんじん、さんどまめ	28.9 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	2.1 g
	ごはん	おかゆ			こめ		730.0 kcal
ジビエ料理	さけのレモンやき	さけのレモンやき		さけ		レモンかじゅう	33 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	2.2 g
	しかにくのそうへいじる	そうへいじる		しかにく、あぶらあげ、みそ 		にんにく、ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ	
おつきみ献立	ごはん	おかゆ			こめ		691.0 kcal
	いかとさといものものにもの	とりにくとさといものものにもの		するめいか	さといも、こんにゃく、さとう	だいこん、にんじん、さんどまめ	22 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	2.7 g
	じゅうごやゼリー	じゅうごやゼリー			じゅうごやゼリー 		
2 8 月	ごはん	おかゆ			こめ		790.0 kcal
	たちうおのしちみやき	たちうおのしちみやき		たちうお	ごまあぶら、さとう、いりごま	ねぎ、しょうが、にんにく	32 g
	こまつなのおかかあえ	こまつなのあえもの		はなかつお		こまつな、キャベツ	2.1 g
	あかだし	あかだし		もめん豆腐、わかめ、まめみそ		たまねぎ、ねぎ	
クレープの日	ミルクパン	ミルクパンがゆ			ミルクパン		727.0 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	37 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	2.7 g
	フレンズクレープ(ブルーベリー)	フレンズクレープ(ブルーベリー)			フレンズクレープ(ブルーベリー)		
3 0 水	ごはん	おかゆ			こめ		863.0 kcal
	ぎゅうどん	ぎゅうどん		ぎゅうにく	しらたき、さとう	にんじん、たまねぎ、ほししいたけ	32 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	2.1 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 542 kcal 中学部 756 kcal 高等部 843 kcal