

よていこんだてひょう3月

京都府立南山城支援学校



※栄養量は上段小学部、下段中学・高等部を表します。

※肉加工品、練物はノンアレルギー（乳・卵不使用）製品を使用しています。

令和5年3月

日 曜 日	献立名	材料名				栄養量		
		熱や力のもとになる食品	体を作る食品	体の調子を整える食品	調味料・その他	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	塩分 (グラム)
1 水 ス パ ゲ テ イ ミ ー ト ソ ー ス	こがたパン	こがたパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			614	25.7	2.6
	スパゲティミートソース	スパゲティ ひまわりゆ	ぎゅうミンチ ぶたミンチ こなチーズ	しょうが にんにく たまねぎ グリンピース にんじん トマトみず	トマトピューレ しょうゆ トマトケチャップ しお ウスターソース こしょう			
	やさいサラダ (しょうがドレッシング)	ひまわりゆ さとう		キャベツ もやし コーン しょうが レモンかじゅう	す しょうゆ ワイン	726	30.3	3.0
2 木 み そ 味 で お い し い ・ 松 風 焼 き	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			660	28.3	2.4
	まつかぜやき	パンこ いりごま	とりミンチ みそ たまご あおのり	たまねぎ しょうが	しお さけ			
	キャベツとさんどまめの ごまあえ	すりごま		キャベツ さんどまめ	しょうゆ みりん			
	けんちんじる	さといも	あぶらあげ	こんにゃく だいこん にんじん あおねぎ	しょうゆ しお けずりぶし	819	31.3	2.6
3 金 ひ な 祭 り 献 立	ちらしずし	こめ さとう	ちりめんじゃこ たまご のり	にんじん ほししいたけ グリンピース	しょうゆ す しお	529	19.0	3.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	なのはなのからしあえ			なのはな はくさい	しょうゆ みりん からし			
	あさりのみそしる		あさり わかめ はっちょうみそ	ごぼう みつば	さけ けずりぶし	719	24.7	4.3
	ひしがたゼリー	ひしがたゼリー						
6 月 バ ジ ル と オ リ ー ブ オ イ ル	ミルクパン	ミルクパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			571	28.3	2.9
	しおこうじバジルチキン	オリーブゆ	とりにく	にんにく	しおこうじ バジル			
	キャベツサラダ	ひまわりゆ		キャベツ だいこん にんじん レーズン	す しお こしょう しょうゆ			
	トマトのスープ		ウインナー	トマトみず セロリ たまねぎ	しょうゆ しお こしょう けずりぶし	740	32.6	3.5



令和5年3月

※肉加工品、練物はノンアレルギー（乳・卵不使用）製品を使用しています。

日 曜 日	献立名	材 料 名				栄 養 量		
		熱や力のもとになる食品	体を作る食品	体の調子を整える食品	調味料・その他	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	塩分 (グラム)
7 火 12 年間最後の給食のカレー	むぎごはん	こめ むぎ				753	24.3	2.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	カレーライス	じゃがいも こむぎこ ひまわりゆ バター	ぎゅうにく スキムミルク	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース りんご トマトみずに	カレーこ ターメリック カルダモン クミン ウスターソース しょうゆ こしょう ガラムマサラ オールスパイス しお スープベース ワイン			
	ふくじんづけ			ふくじんづけ		969	29.5	2.8
	ヨーグルトあえ		ヨーグルト	みかん パイン もも レーズン				
8 水 リクエスト・グラタン	こくさんこむぎパン	こくさんこむぎパン				652	26.0	2.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	マカロニグラタン	マカロニ こむぎこ なまクリーム バター パンこ	とりにく チーズ スキムミルク	たまねぎ マッシュルーム	ワイン しお こしょう			
	カレーいため	ひまわりゆ		もやし さんどまめ にんじん	カレーこ しょうゆ	811	30.6	3.4
	やさいとベーコンのスープ		ベーコン	はくさい こまつな しめじ	しょうゆ こしょう けすりぶし			
9 木 高等部卒業お祝い献立	おせきはん	こめ もちごめ くろごま	あずき		しお	583	28.2	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	たいのしおやき		まだい		しお さけ	743	31.8	2.7
	おひたし	すりごま		こまつな はくさい もやし	しょうゆ みりん			
	はなふのすましじる		はなふ	みすな えのきだけ	しょうゆ しお けすりぶし だしこぶ			
	(高) おいおいクレープ (小中) すだちゼリー	おいおいクレープ すだちゼリー				792	33.0	2.7
13 月 野菜たっぷり	こくとうパン	こくとうパン				726	27.9	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ポトフ	ひまわりゆ じゃがいも	とりにく ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ブロッコリー セロリ	しょうゆ しお こしょう スープベース	866	33.6	2.8
	かぼちゃひきにくフライ	こめゆ	かぼちゃひきにくフライ					



令和5年3月

※肉加工品、練物はノンアレルギー（乳・卵不使用）製品を使用しています。

日 曜 日	献立名	材 料 名				栄 養 量		
		ねつ ちから 熱や力のもとになる食品	からだ つく 体を作る食品	からだ ちやうし ととの 体の調子を整える食品	ちやうみりやう た 調味料・その他	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	塩分 (グラム)
14 火 給食の生 の生姜煮・	むぎごはん	こめ むぎ				631	26.8	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さばのしょうがに	さとう	さば	しょうが	さけ しょうゆ	786	29.8	2.6
	きんぴらごぼう	ごまあぶら いりごま		ごぼう にんじん こんにゃく	みりん しょうゆ			
	みそしる		みそ	こまつな もやし	けずりぶし			
15 水 卒業小・祝 いの中 立	あじつけパン	あじつけパン				小学部		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			764	25.6	2.8
	エビフライ	こめゆ タルタルソース	エビフライ			中学部		
	やさしいため	ひまわりゆ		キャベツ もやし ピーマン	しお こしょう	887	28.9	3.3
	オニオンスープ		ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ パセリ	しょうゆ こしょう けずりぶし			
	(小中) おいおいクレープ (高) すだちゼリー	おいおいクレープ すだちゼリー				高等部		
					838	27.7	3.3	
17 金 みんなの 好きな 井物	ごはん	こめ				606	27.3	2.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ちゅうかどんぶり	ひまわりゆ ごまあぶら かたくりこ	ぶたにく うずらたまご	しょうが にんにく にんじん もやし はくさい きくらげ ヤングコーン	しょうゆ オイスターソース	783	32.4	3.4
	ちゅうかスープ	ごまあぶら	わかめ	えのきたけ ほししいたけ チンゲンサイ	しお こしょう けずりぶし しょうゆ			
	かたぬきチーズ		チーズ					

卒業を迎える皆さん ご卒業おめでとうございます
南山城支援学校の給食では、どんなことが思い出に残っていますか？
好きなメニュー、クラスで過ごした時間、身につけた力・・・
いろいろな思い出を大切に、次のステージでも頑張ってください

これからも健康第一、何でも食べて元気にすごしてくださいね

9日 高等部卒業お祝い献立
15日 小学部・中学部卒業お祝い献立 です

給食室一同 お祝いの気持ちをこめて作ります