

よていこんだてひょう4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4月

日 曜日	献立名	材料名				栄養量		
		熱や力のもとになる食品	からだをつくる食品	からだ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)	エネルギー 塩分 (グラム)
13 木 給食開始	ごはん	こめ				584	30.4	2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	とりにくのてりやき		とりにく		さけ みりん しょうゆ			
	はくさいとみずなのごまあえ	すりごま		はくさい みずな にんじん	しょうゆ みりん	747	34.3	2.5
	とうふとあげのみそしる		あぶらあげ とうふ みそ	あおねぎ	けずりぶし			
ふりかけ	のりこうみりかけ							
14 金 春爛漫メニュー	ごはん	こめ				608	25.6	2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	おやかどんぶり	ひまわりゆ さとう かたくりこ	とりにく たまご きざみのり	たまねぎ みつば	けずりぶし さけ みりん しょうゆ			
	あかだし	じゃがいも	わかめ はちょうみそ	たまねぎ あおねぎ	けずりぶし	787	30.9	2.5
	さくらゼリー	さくらゼリー						
17 月 大好き唐揚げ	あじつけパン	あじつけパン				637	28.7	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	とりにくのからあげ	こめこ こめぬかゆ	とりにく	しょうが	さけ しょうゆ			
	にらもやしいため	ひまわりゆ		にら もやし にんじん	しお こしょう しょうゆ	793	34.3	2.8
	ごもくスープ		ウインナー	たまねぎ こまつな コーン しめじ	しお こしょう しょうゆ けずりぶし			
18 火 一緒においしく	ごはん	こめ				553	21.4	2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	やきにくサラダ	ひまわりゆ さとう いりごま ごまあぶら	ぎゅうにく	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ にんじん もやし	みりん しょうゆ す しお			
	わかめスープ		わかめ	えのきたけ チンゲンサイ	しお こしょう しょうゆ けずりぶし	729	25.7	2.5
19 水 手作りドレッシング	ミルクパン	ミルクパン				697	29.3	3.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	だいずのカレーに	ひまわりゆ バター こむぎこ	だいず ぶたにく スキムミルク	しょうが にんにく たまねぎ にんじん パセリ	カレーこ ウスターソース トマトケチャップ しお スープベース こしょう			
	やさしいサラダ (オニオンドレッシング)	ひまわりゆ さとう		もやし コーン キャベツ さんどまめ たまねぎ	す しお しょうゆ みりん ワイン	911	36.5	3.7

令和5年4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)	エネルギー (グラム)
20 木 清見オレンジ	ごはん	こめ				638	28.1	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	マーボー豆腐	ごまあぶら さとう かたくりこ	とうふ ぶたミンチ ぎゅうミンチ みそ	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ほししいたけ あおねぎ	しょうゆ しお トウバンジャン			
	ザーサイスープ		ハム	チンゲンサイ たまねぎ しめじ ザーサイ	しょうゆ しお こしょう けずりぶし	825	33.7	2.8
	きよみオレンジ			きよみオレンジ				
21 金 木津川市の筍	たけのこごはん	こめ	あぶらあげ	たけのこ	さけ みりん しょうゆ	594	29.3	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	はまちのてりやき		はまち		さけ みりん しょうゆ			
	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			
	わかたけじる		わかめ きぬごし豆腐	たけのこ	さけ みりん けずりぶし しお しょうゆ だしこぶ	752	32.8	2.9
こくとうパン	こくとうパン							
24 月 五目ビーフンの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			595	31.7	2.7
	とりにくのしおこうじやき		とりにく		しおこうじ さけ			
	ごもくビーフン	ビーフン ごまあぶら	ぶたにく	しょうが たまねぎ キャベツ ピーマン	オイスターソース しょうゆ			
	レタススープ		わかめ	レタス にんじん しめじ	しお こしょう しょうゆ けずりぶし	723	35.6	3.5
	むぎごはん	こめ むぎ						
25 火 ご飯がすすむ	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			640	28.5	2.4
	さばのみそに	さとう	さば みそ	しょうが	さけ			
	キャベツのゆかりあえ			キャベツ きゅうり	ゆかりふりかけ			
	すましじる		かまぼこ てまりふ	たまねぎ みつば	しょうゆ しお けずりぶし だしこぶ	790	31.4	2.5
	こがたパン	こがたパン						
26 水 いろんな麺料理が	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			622	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 にんじん セロリ トマトみずに グリーンピース	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			
	ゆでやさい			キャベツ にんじん ピーマン もやし	あおじそドレッシング	728	30.4	2.9
	いちごジャム	いちごジャム						



令和5年4月

日 曜日	献立名	材 料 名				栄 養 量		
		熟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)	エネルギー (グラム)
27 木 ま っ た り 白 味 噌	さんさいごはん	こめ	あぶらあげ	さんさいみずに	さけ みりん しょうゆ	611	30.9	2.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さわらのさいきょうやき		さわら しろみそ		さけ みりん			
	キャベツとじゃこのすのもの	さとう	わかめ ちりめんじゃこ	キャベツ	しょうゆ しお す			
	よしのじる	さといも かたくりこ	とりにく	こんにゃく だいこん にんじん あおねぎ	しょうゆ けずりぶし			
28 金 ア ス 旬 パ の 味 ガ ・ ス	ごはん	こめ				609	30.8	2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのしょうがやき	ひまわりゆ	ぶたにく	たまねぎ しょうが	さけ みりん しょうゆ			
	アスパラのおかかあえ		はなかつお	アスパラガス キャベツ にんじん	みりん しょうゆ			
	みそしる		とうふ みそ	たまねぎ あおねぎ	けずりぶし			
29 土 給 食 の ウ カ レ ー 手 作 ラ イ ・ ス	むぎごはん	こめ むぎ				703	24.6	1.8
	のむヨーグルト		のむヨーグルト					
	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 ワイン ウスターソース オールスパイス しお ガラムマサラ こしょう しょうゆ スープベース			
	ツナサラダ	ノンエッグマヨネーズ	まぐろみずに	キャベツ きゅうり コーン	こしょう			

🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻

御入学・御進級 おめでとうございます

- 🌻🌻 🌻 給食は13日（木）から始まります。
- 🌻🌻 🌻 給食に使うお箸は、各自で準備をお願いします。
🌻🌻 そのほか、必要に応じてスプーンやフォーク等をお持ちください。
- 🌻🌻 🌻 今年度も火・木・金曜日が米飯給食、月・水曜日がパン給食となります。
- 🌻🌻 🌻 21日（金）は地産地消の旬を使った季節の献立をします。
🌻🌻 地元のJA京都やましろの協力を得て納入していただきます。
🌻🌻 旬の味を楽しんで下さい。
- 🌻🌻 🌻 このほかにも給食では季節メニュー、地産地消メニュー、
🌻🌻 行事食、郷土食等いろんな献立を取り入れています。
🌻🌻 児童生徒の皆さんに「食べることが楽しみ」と
🌻🌻 思ってもらえるような給食を目指しています。

👩🍳

🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻