

# 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6年3月

日 曜日	こんだて 献立名	さいりょうめい 材 料 名				えいようりょう 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 体の調子を整える食品	ちようみりよう 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)	糖分 (グラム)
1 金 ひなまつり 献立	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			610	25.9	3.1
	ぎゅうどん	ひまわりゆ さとう	ぎゅうにく	たまねぎ しいたけ こんにゃく あおねぎ べにしょうが	みりん さけ しょうゆ			
	みそしる		ふ わかめ みそ	あおねぎ	けずりぶし	785	31.1	3.8
	ひしがたゼリー	ひしがたゼリー						
4 月 お楽しみ フライの	ミルクパン	ミルクパン						
	のむヨーグルト		ジョア (ブルーベリー)			592	20.2	2.4
	エビフライ	こめゆ ノンエックタルタルソース	エビフライ					
	やさしいため	ひまわりゆ		もやし コーン キャベツ	しお こしょう			
	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	757	24.8	2.9
5 火 葱が効いて	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			625	24.5	1.9
	とりすき	ひまわりゆ さとう	とりにく やきどうふ	はくさいこんにゃく しいたけ あおねぎ	みりん さけ しょうゆ	813	29.7	2.3
	みそしる	さつまいも	みそ	えのき あおねぎ	けずりぶし			
6 水 パンに具材を	セルフドック コッペパン やきウインナー カレーいため	コッペパン ひまわりゆ	ウインナー		ケチャップ ワイン カレーこ しょうゆ	713	26.8	3.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ABCスープ	マカロニ	ベーコン	たまねぎ にんじん トマトみずに	しょうゆ こしょう けずりぶし	826	29.9	3.9
	ババロアシュークリーム	ババロアシュークリーム						
	おせきはん	こめ もちこめ くろごま	あずき		しお			小学部
7 木 高等部 卒業お祝い 献立	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			585	29.0	2.2
	たいのしおやき		たい		しお さけ			
	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	673	31.4	2.5
	すましじる		かまぼこ ふ	えのき みずな	しょうゆ しお けずりぶし だしこぶ			高等部
	(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				722	32.6	2.5

令和6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)	脂分 (グラム)
11 月 お い し い 甘 味 が	こくとうパン	こくとうパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			653	23.9	2.7
	コーンクリームシチュー	じゃがいも パター ひまわりゆ こむぎこ なまクリーム	とりにく スキムミルク チーズ	しょうが にんにく パセリ たまねぎ にんじん コーン クリームコーン	ワイン しお こしょう スープベース			
	ゆでやさい			にんじん もやし キャベツ	あおじそドレッシング	854	29.7	3.4
12 火 リ ク 鯖 の 煮 付 け の 多 い	むぎごはん	こめ むぎ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			672	31.8	2.9
	さばのみそに	さとう	さば みそ	しょうが	さけ			
	ひじきのいために	ひまわりゆ さとう	とりにく ひじき	にんじん	さけ しょうゆ けずりぶし みりん			
	たぬきじる	ごまあぶら	さつまあげ	こんにゃく あおねぎ にんじん えのき しょうが	けずりぶし しょうゆ	830	35.4	3.3
13 水 カ レ ー あ っ あ っ あ っ ど っ ん	こがたパン	こがたパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			567	25.5	2.9
	カレーうどん	うどん かたくりこ	ぶたにく	たまねぎ にんじん あおねぎ	しょうゆ みりん カレーこ だしこぶ けずりぶし	686	31.3	3.9
	あおなのびたし	さとう	あぶらあげ	こまつな はくさい	しょうゆ けずりぶし			
14 木 卒 業 お 祝 い 学 部 立	わかめごはん	こめ	わかめ				小学部	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			628	27.7	2.4
	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		中学部	
	あおなのいたためもの	ひまわりゆ		こまつな もやし	しお こしょう しょうゆ	806	33.4	2.8
	みそしる		ぶ わかめ みそ	あおねぎ	けずりぶし		高等部	
(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				757	32.2	2.8	
18 月 今 年 度 最 後 の 給 食	ぜんりゅうふんパン	ぜんりゅうふんパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			547	28.2	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	しおこうじバジルワイン			
	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	たまねぎ セロリ トマトみずに	しょうゆ けずりぶし しお こしょう	703	32.7	3.6

<今月の給食トピックス>

・1日 ひなまつり献立

今年はボリュームのある牛丼とお馴染みのひし形ゼリーの組み合わせにしました。

・7日(高等部)、14日(小・中学部) 卒業お祝い献立

お赤飯や「おめでたい」鯛の塩焼き、お肉たっぷりの生姜焼きや人気のわかめご飯、そしてお祝いのデザートを組み合わせてお祝い献立をします。「卒業おめでとう!」の気持ちを給食に込めてお届けします。

