

よていこんだてひょう 8・9月

京都府立南山城支援学校



令和6年8月9日

※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。

日 曜 日	こ ん だ て め い 献立名	材 料 名				栄 養 量		
		ねつ ちから ねつ ちから 熱や力のもとになる 食品	からだ つく しょうひん 体を作る食品	からだ ちょうし との しょうひん 体の調子を整える食品	ちょうみりょう 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)	しょうじょう 塩分 (グラム)
29 木 給食開始	むぎごはん	こめ むぎ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			585	25.7	1.5
	ぶたにくとなすの いためもの	ひまわりゆ さとう いりごま	ぶたにく みそ	しょうが なす たまねぎ ピーマン	みりん しょうゆ			
	ごもくスープ		ウインナー	たまねぎ こまつな にんじん しめじ	しょうゆ しお こしょう けずりぶし	765	30.7	1.9
30 金 さっぱり梅味で	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			613	24.3	2.0
	たちうおのしおやき		たちうお		しお			
	きゅうりともやしの うめあえ	すりごま さとう		きゅうり もやし きりぼしだいこん にんじん ばいにく	しょうゆ す			
	みそしる		みそ	しめじ キャベツ にんじん あおねぎ	けずりぶし	768	27.3	2.4
2 月 バ ジ ル の ・ 味 ？ セ リ	あじつけパン	あじつけパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			613	28.5	2.1
	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 ワイン バジル			
	ポテトのチーズあえ オニオンスープ	じゃがいも	チーズ ベーコン	パセリ たまねぎ にんじん しめじ パセリ	しお こしょう しょうゆ こしょう けずりぶし	746	32.0	2.6
3 火 ご 飯 し が そ 進 む	むぎごはん	こめ むぎ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			588	28.1	2.5
	ぶたにくの うめしそいため	ひまわりゆ	ぶたにく	にんにく あおじそ ばいにく	みりん さけ			
	そくせきづけ		しおこんぶ	はくさい きゅうり	しょうゆ さけ			
	みそしる		あぶらあげ みそ	キャベツ えのきたけ	けずりぶし	769	33.6	2.9
4 水 たっ夏野菜	こくさんこむぎパン	こくさんこむぎパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			591	25.4	2.4
	ラタトゥイユ	オリーブゆ	とりにく ウインナー	しょうが にんにく たまねぎ トマトみずに ズッキーニ なす	ワイン しお こしょう オレガノ バジル ケチャップ しょうゆ トマトピューレ	716	30.3	2.9
	ゆでやさい	ノンエッグマヨネーズ		にんじん キャベツ もやし				
5 木 食カ 欲レ ア ー ツ 味 プ で	むぎごはん	こめ むぎ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			629	27.3	2.6
	わふうカレーどんぶり	ひまわりゆ かたくりこ	ぶたにく あぶらあげ きざみこぶ	しょうが たまねぎ にんじん あおねぎ ほししいたけ	けずりぶし しょうゆ みりん しお カレーこ	821	32.9	3.2
	みそしる		とうふ わかめ みそ	あおねぎ	けずりぶし			

令和6年8月9日 ※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。

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	からだつくしよくひん体を作る食品	からだちやうしとどのしよくひん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)	えんぶん塩分 (グラム)
6金味わおなすをう	ごはん	こめ				666	27.4	2.5
	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			
	なすのでんがく	ひまわりゆ さとう いりごま	しろみそ はっちょうみそ	なす	みりん	813	30.1	2.7
	あおなのすましじる		かまぼこ	こまつな たまねぎ	しお けずりぶし しょうゆ だしこぶ			
9月かほくちやく	ミルクパン	ミルクパン				609	22.5	2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	かぼちゃの クリームシチュー	ひまわりゆ バター こむぎこ なまクリーム	とりにく ぎゅうにゅう	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ	ワイン こしょう しお オールスパイス スープベース	750	26.8	3.1
	ゆでやさい			にんじん キャベツ もやし	あおじそドレッシング			
10火相性抜群	ごはん	こめ				577	27.0	1.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さわらのごまみそやき	いりごま	さわら みそ		さけ みりん			
	きりぼしだいこんの いために	ひまわりゆ さとう	とりにく	きりぼしだいこん にんじん	しょうゆ けずりぶし	733	30.0	1.7
	はくさいスープ			はくさい えのきたけ にんじん	しお こしょう しょうゆ けずりぶし			
11水バーキンガー	バーガーパン	バーガーパン				613	31.2	2.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	チキンカツ	てんぷらこ パンこ こめゆ	とりにく		しお こしょう ケチャップ ワイン ウスターソース			
	キャベツソテー	ひまわりゆ		キャベツ にんじん	しお こしょう	723	34.8	3.4
	トマトのちゅうかふう かきたまスープ	かたくりこ	たまご ハム	たまねぎ トマト おくら	さけ しお こしょう しょうゆ けずりぶし			
12木た食物繊維	きのこごはん	こめ	あぶらあげ	しめじ しいたけ まいたけ	さけ みりん しょうゆ	590	26.9	2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	だいずのいそに	ひまわりゆ さとう	だいず とりにく ひじき	にんじん さんどまめ ごぼう こんにゃく	みりん しょうゆ	795	33.6	3.6
	みそしる		みそ	こまつな もやし	けずりぶし			
13金たっぶり	むぎごはん	こめ むぎ				643	28.2	1.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ぎゅうにくと あつあげのにももの	ひまわりゆ さとう	ぎゅうにく あつあげ	にんじん たまねぎ さんどまめ	みりん さけ しょうゆ	834	33.8	2.0
	なめこじる		やきふ わかめ はっちょうみそ	なめこ あおねぎ	けずりぶし			

令和6年8月9日								
※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。								
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	からだつくしよくひん体を作る食品	からだちようしとどのしよくひん体の調子を整える食品	ちようみりようた調味料・その他	エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)	えんぶん塩分(グラム)
17火 お月見献立	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			599	23.9	2.2
	やしししゃも		ししゃも					
	さといものそぼろに	さといも さとう	とりミンチ	にんじん みつば	みりん けずりぶし			
	みそしる	ひまわりゆ		ほししいたけ	さけ しょうゆ			
	おつきみゼリー		あぶらあげ みそ	もやし あおねぎ	けずりぶし	764	27.6	2.6
18水 入った大きな野菜がカレー	むぎごはん	こめ むぎ						
	のむヨーグルト		ジョア (いちご)			622	19.5	1.9
	ポークカレー	じゃがいも ひまわりゆ こむぎこ バター	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 グリンピース りんご トマトみずに	カレーこ ターメリック カルダモン こしょう ワイン ウスターソース ガラムマサラ クミン オールスパイス しお スープベース しょうゆ			
	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	822	24.1	2.1
19木 定番の和食	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			534	25.4	1.8
	あじつけのり		あじつけのり					
	とりにくのてりやき		とりにく		さけ みりん しょうゆ			
	きんぴらごぼう	ごまあぶら いりごま		ごぼう にんじん いとこんにやく	みりん しょうゆ	689	28.4	2.0
20金 ツルもずく	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			558	24.0	2.4
	ぶたにくの わふうソース	ひまわりゆ さとう いりごま	ぶたにく	キャベツ もやし にんじん ピーマン しょうが	しお こしょう す しょうゆ みりん			
	もずくスープ		もずく	えのきたけ にんじん あおねぎ	けずりぶし しょうゆ さけ	735	28.9	2.8
24火 人麻婆豆腐	ごはん	こめ						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			609	27.3	2.8
	マーボーどんぶり	ごまあぶら さとう かたくりこ	とうふ みそ ぶたミンチ	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 テンメンジャン			
	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	796	32.7	3.3
25水 ラーメン	ロールパン	ロールパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			562	26.1	2.8
	かやくラーメン	ちゅうかめん ごまあぶら	ぶたにく えび いか	しょうが にんにく キャベツ あおねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ もやし	さけ しょうゆ しお こしょう スープベース けずりぶし			
	さんどまめの ちゅうかいため	ごまあぶら さとう かたくりこ		さんどまめ しょうが ヤングコーン にんにく	トウバンジャン しょうゆ さけ	663	30.5	3.2

令和6年8月9月		※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。						
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	からだつくしよくひん体を作る食品	からだちようしとどのしよくひん体の調子を整える食品	ちようみりようた調味料・その他	エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)	えんぶん塩分(グラム)
26木 まぜごはん	ジャンバラヤ	こめ オリーブゆ	とりにく	にんにく セロリ たまねぎ ピーマン パプリカ トマトみずに	スープベース しお こしょう チリパウダー ケチャップ ワイン	544	22.8	2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	やきウインナー		ウインナー					
	やさいスープ			はくさい にんじん しめじ えのきたけ	けずりぶし しょうゆ しお こしょう	668	25.9	2.8
27金 さつま芋の味	さつまいもごはん	こめ さつまいも くろごま			しお さけ	542	24.2	2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さけのアーモンドてりやき	アーモンド	さけ		さけ みりん しょうゆ			
	ごますあえ	さとう すりごま		キャベツ にんじん こまつな もやし	す しょうゆ	683	26.9	3.1
	みそしる		やきふ わかめ みそ	あおねぎ	けずりぶし			
30月 学校祭サンド	しよくパン	しよくパン						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			594	27.6	2.7
	ヤンニョムチキン	かたくりこ こめゆ ごまあぶら さとう いりごま	とりにく	にんにく	しお さけ ケチャップ コチュジャン みりん			
	ナムル	ごまあぶら いりごま		もやし ほうれんそう	しお こしょう			
	わかめスープ	ごまあぶら	わかめ とうふ	あおねぎ	しお こしょう しょうゆ けずりぶし	726	32.8	3.5

<今月の給食トピックス>

・8月29日 給食開始

29日から二学期の給食が始まります。まだまだ暑く、食欲のない日があるかもしれません。
夏野菜を使ったメニューや、梅、バジル、カレーなどの香りと味を活かしたメニューで食欲アップ！
しっかり食べて身体の調子をととのえましょうね。



・9月17日 お月見献立

17日はお月見献立を実施します。中秋の名月は「芋名月」とも呼ばれます。
これにちなんで、里芋のそぼろ煮とウサギのトッピングが可愛いお月見ゼリーを出します。
夜には空を見上げてみてくださいね。



・9月25日 人気メニュー ラーメン

25日にはおまちかねのラーメンをします。給食のラーメンは具材たっぷり！
麺もお肉も野菜もおいしく食べることができますよ。
小さなロールパンも付きます。前回のセレクトパンで
好評だったパン屋さんに納品してもらいます。お楽しみに😊



・9月30日～ 学校祭応援メニュー

30日からの一週間は学校祭にちなんで、児童生徒の皆さんに人気のあるメニューや、
丼物のように、サッと食べやすいメニューを取り入れます。