

れいわ 6年度

6月



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう

学校給食予定献立表



きょうとふりつやわたしえんがっこう
京都府立八幡支援学校

にち ようび 曜日	こんだてめい 献立名	ぎゅうにゅう 牛乳	ざいりょうめい 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	からだきんどう 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 (kcal)	たんぱく質 (g)
3月	ごはん		こめ					
	やきとうふの みそそばろに		なたねあぶら さんおんとう かたくりこ	ぶたミンチ やきとうふ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほししいたけ ねぎ えのきたけ ねぎ	みそ しょうゆ トウバンジャン がらスープ (チキン) けずりぶし しょうゆ しょうゆ さけ	621	28.8
	もずくスープ			もずく			808	34.6
4火	ちゃめし		こめ ごま	だいず				
	ちくわのいそべあげ		てんぷらこ なたねあぶら	ちくわ あおのり		ばんちゃ しお	618	23.3
	ひじきのいために		なたねあぶら さんおんとう	ひじき とりにく	にんじん	しょうゆ みりん けずりぶし	829	30.1
	すましじる				もやし こまつな にんじん	けずりぶし だしこんぶ しょうゆ しお		
5水	むぎごはん		こめ おおむぎ					
	チャプチェどんぶり		はるさめ ごまあぶら さんおんとう なたねあぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん しめじ きりぼしだいこん にんにく ほうれんそう	しょうゆ しお こしょう トウバンジャン がらスープ (チキン)	584	20.1
	わかめスープ			わかめ	きゃべつ えのきたけ	がらスープ (チキン) しょうゆ しお こしょう	757	24.3
	さくらんぼゼリー		さくらんぼゼリー					
6木	ごはん		こめ					
	とりじゃが		じゃがいも なたねあぶら さんおんとう	とりにく	たまねぎ にんじん さんどまめ	みりん さけ しょうゆ	600	21.6
	みそしる			とうふ	はくさい ねぎ	けずりぶし みそ	783	25.9
7金	バターロール (中高2個)		バターロール					
	ツナとトマトの スパゲティ		スパゲティ なたねあぶら	まぐろみずに ベーコン	たまねぎ ピーマン にんじん トマトみずに	トマトチャップ トマトピューレ ウスターソース しお こしょう	570	21.8
	やさいサラダ		なたねあぶら さんおんとう		きゃべつ にんじん たまねぎ さんどまめ	す しお しろワイン しょうゆ みりん	776	27.9
10月	ごはん		こめ					
	ぶたにくの うめふうみやき		ごまあぶら	ぶたにく	うめぼし	しょうゆ みりん さけ	593	25.8
	ほうれんそうと コーンのソテー		なたねあぶら	ベーコン	きゃべつ コーン ほうれんそう	しお こしょう	778	31.0
	みそしる			わかめ	たまねぎ ねぎ	けずりぶし みそ		
11火	しめじごはん		こめ		しめじ	さけ みりん しょうゆ		
	すすきのてんぷら		なたねあぶら	すすきてんぷら			593	22.3
	きゃべつとあおじその すのもの		ごまあぶら さんおんとう		きゃべつ にんじん あおじそ	す しお しょうゆ からし		
	かきたまじる		かたくりこ	たまご とうふ	たまねぎ ねぎ	けずりぶし しょうゆ しょうゆ しお	757	25.8
12水	むぎごはん		こめ おおむぎ					
	ぶたどん		なたねあぶら こんにゃく さんおんとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ ねぎ	みりん さけ しょうゆ	580	24.6
	みそしる			あぶらあげ わかめ	だいこん しめじ	けずりぶし みそ	764	29.5
	きゃべつのそくせきづけ			しおこんぶ	きゃべつ にんじん しょうが	す しお		
13木	ごはん		こめ					
	とりにくとアスパラの みそいため		さんおんとう かたくりこ なたねあぶら	とりにく	しょうが にんにく グリーンアスパラ たまねぎ にんじん	みそ みりん さけ しお	614	27.3
	やさいスープ				きゃべつ たまねぎ しめじ	がらスープ (チキン) しょうゆ こしょう	804	32.9
14金	こくとうパン		こくとうパン					
	だいずのカレーに		なたねあぶら	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん しょうが にんにく パセリ	トマトチャップ ウスターソース ローリエ カレールウ しお こしょう がらスープ (チキン)	602	26.1
	かいそうサラダ		ごまあぶら さんおんとう	かいそうミックス	きゃべつ きゅうり	す しょうゆ しお こしょう	747	31.4

にち 日 ようび 曜日	こん だて めい 献 立 名	ぎゅうにゅう 牛乳	ざい 料 めい 材 料 名				えい 養 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 ちやうし ととの 体の調子を整える食品	ちやうみりやう 調味料・その他	エネギー (kcal)	たんぱく質 (g)
17 月	ごはん とりにくの マーマレードやき ポテトのチーズあえ きゃべつのごまスープ		こめ	とりにく	マーマレード	しょうゆ さけ トウバンジャン	591	26.5
			じゃがいも	チーズ		しお こしょう	768	31.9
			ごま	ぶたにく	きゃべつ にんじん しょうが ねぎ	がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ		
			ごまあぶら					
18 火	ごはん ゆでぶたのおろしあえ	ジョア セレクト	こめ				ブレーン	
			さんおんとう	ぶたにく	だいこん	さけ しょうゆ す しちみつがらし	599 792	25.2 30.7
			ごまあぶら ごま こんにやく		ごぼう にんじん	みりん す	611 804	25.0 30.5
	きんぴらごぼう	ブレーン ブルーベリー マスカット					マスカット	
				とうふ	しめじ ねぎ	けずりぶし みそ	578 771	24.7 30.2
19 水	むぎごはん ちゅうらうみどんぶり		こめ おおむぎ なたねあぶら かたくりこ さんおんとう	もずく ぶたミンチ	たまねぎ ビーマン しょうが コーン にんじん	しょうゆ みりん さけ	566	20.7
			アルファベットマカロニ	ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ	がらスープ (チキン) しょうゆ しお こしょう	748	24.9
	ごはん さばのなんぶやき やさしいため		こめ ごま なたねあぶら	さば  ベーコン	しょうが きゃべつ もやし ビーマン	さけ みりん しょうゆ しお こしょう	607 841	25.1 32.7
				あぶらあげ	たまねぎ ねぎ	けずりぶし みそ		
21 金	こくさんこむぎのパン チキンカツ		こくさんこむぎのパン こむぎこ パンこ なたねあぶら	とりにく たまご		しお こしょう ソース	598	27.6
					きゃべつ にんじん コーン クリームコーン	しお こしょう がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ	719	33.0
	ゆかりごはん ぶたにくと あつあげのにも なめこじる		こめ なたねあぶら さんおんとう	ぶたにく あつあげ わかめ	たまねぎ にんじん さんどまめ なめこ ねぎ	ゆかりこ みりん さけ しょうゆ けずりぶし けずりぶし みそ	621 810	27.9 33.5
25 火	ごはん あじのなんばんづけ		こめ かたくりこ さんおんとう こめこ なたねあぶら	あじ 	しょうが ねぎ	みりん さけ す しょうゆ	614	26.4
			さんおんとう	きざみのり	きゃべつ きゅうり にんじん	す しょうゆ	766	29.3
	みそしる		ふ		もやし にんじん	けずりぶし みそ		
26 水	ごはん すぶた		こめ かたくりこ さんおんとう なたねあぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん ビーマン たけのこみずに しょうが トマトみずに ほししいたけ	しょうゆ す ウスターソース	589 774	22.3 26.8
				わかめ	えのきたけ にら ちんげんさい	がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ		
	にらスープ							
27 木	むぎごはん チキンカレー		こめ おおむぎ なたねあぶら じゃがいも	とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	がらスープ (チキン) カレールウ しお こしょう トクチャップ ウスターソース ローリエ	630 820	20.4 24.7
			ごまあぶら さんおんとう		きりぼしだいこん にんじん こまつな	す しお しょうゆ		
	きりぼしだいこんの サラダ							
28 金	あじつけパン たまごのココット		あじつけパン なたねあぶら	たまご ぎゅうミンチ	たまねぎ マッシュルーム 	しお こしょう あかワイン トクチャップ ウスターソース	580	26.4
					えだまめ こまつな たまねぎ えのきたけ	しお がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ	708	30.7
	えだまめのしおゆで あおなスープ							

※ 太字は、八幡市産の野菜です。

栄養量は、上段 小学部、下段 中・高等部です。

* 都合により、献立を変更する場合があります。

6月 は 食育月間！

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎年6月は食育月間、19日は食育の日と定められました。この期間、全国ではさまざまな「食育」に関する取り組みが行われています。毎日食べている身近な「食」について、家族で話し合ってみましょう。

