


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

きょうとありつやわたしえんがっこう
京都府立八幡支援学校

日 曜日	献立名	牛乳	食材	料理名	調味料・その他	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1 水	むぎごはん ガパオライス タイリょうリ めだまやき チキンスープ		こめ おおむぎ なたねあぶら	とりひきにく えび たまご とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン もやし にんじん ねぎ しょうが にんにく	しょうゆ しお こしょう ナンプラー スイートソース オイスターソース バジル しお こしょう がらスープ (チキン) しお こしょう	629 782 34.9 41.8
2 木	ごはん ユーリンチー おかかあえ わかめスープ		こめ こめこ かたくりこ さんおんとう なたねあぶら ごまあぶら	とりにく はなかつお わかめ	しょうが ねぎ きゃべつ にんじん こまつな たまねぎ しめじ	しょうゆ さけ す しょうゆ みりん がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ	586 746 27.4 34.0
3 金	こくとうパン マカロニグラタン もやしのソテー やさいスープ		こくとうパン マカロニ こむぎこ バター パンこ なたねあぶら	まぐろみずに スキムミルク なまクリーム ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン もやし にんじん きゃべつ たまねぎ しめじ	しお こしょう しょうゆ しお こしょう がらスープ (チキン) しょうゆ しお こしょう	610 774 23.7 29.3
6 月	さつまいもごはん やきぎょうざ ごもくビーフン つきみじり おつきみクレープ	 ジョア マスカット	こめ さつまいも ごま ビーフン ごまあぶら さといも なたねあぶら おつきみクレープ	ぎょうざ ぶたにく かまぼこ	しょうが きゃべつ たまねぎ にんじん にんじん ねぎ	さけ しお しょうゆ オイスターソース けずりぶし しょうゆ	565 730 16.7 20.6
7 火	ごはん にくどうふ みそしる		こめ なたねあぶら かたくりこ さんおんとう ふ	とうふ ぶたにく	たまねぎ にんじん しめじ ちんげんさい もやし こまつな	みりん さけ しょうゆ けずりぶし けずりぶし みそ	583 742 24.9 30.7
8 水	むぎごはん ハヤシライス コールスローサラダ		こめ おおむぎ なたねあぶら	ぎゅうにく なまクリーム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム きゃべつ にんじん コーン	ハヤシルウ しょうゆ ウスターソース あかワイン がらスープ (チキン) しお こしょう ローリエ ノンエッグマヨネーズ	635 793 21.0 25.8
9 木	ごはん あかうおのねぎだれかけ さんどまめのソテー みそしる		こめ こめこさんおんとう かたくりこ なたねあぶら なたねあぶら	あかうお ベーコン わかめ	しょうが ねぎ もやし さんどまめ きゃべつ しめじ	さけ しょうゆ みりん しお しちみつがらし しお こしょう しょうゆ けずりぶし みそ	613 737 25.9 28.8
10 金	こくさんこむぎのパン さつまいもシチュー フレンチサラダ		こくさんこむぎのパン なたねあぶら さつまいも なたねあぶら	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん パセリ きゃべつ コーン きゅうり	シチュールウ しろワイン こしょう オリーブオイル がらスープ (チキン) しお りんごす しょうゆ しお こしょう	578 733 23.5 29.2
14 火	にんじんごはん とりにくとあつあげの にもの すましじる		こめ もちこめ なたねあぶら さんおんとう	きざみこんぶ とりにく あつあげ わかめ	にんじん たまねぎ にんじん さんどまめ はくさい にんじん	さけ しょうゆ さけ みりん しょうゆ けずりぶし けずりぶし だしこんぶ しょうゆ しお	577 732 26.6 33.1
15 水	むぎごはん ぶたキムチどん みそしる チョコプリン		こめ おおむぎ ごんにゃくさんおんとう なたねあぶら ごまあぶら チョコプリン	ぶたにく とうふ わかめ	たまねぎ にんじん しめじ もやし はくさいキムチ ねぎ ねぎ	さけ しょうゆ けずりぶし みそ	571 719 22.7 27.8
16 木	ごはん あじのからあげ ひじきのいために みそしる		こめ こめこ かたくりこ なたねあぶら さんおんとう なたねあぶら	あじ ひじき あぶらあげ	しょうが にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ	さけ しお しょうゆ みりん けずりぶし けずりぶし みそ	610 737 27.3 30.1

にち 日 ようび 曜日	こん だて めい 献 立 名	ぎゅう 牛乳	さい ち 材	りょう 料 名	えい しょう りょう 米 量	えい しょう りょう 米 量
			あつ ちから しんがんと 熱や力のもとになる食品	からだ つく しんがんと 体を作る食品	からだ ちやうし しんがんと 体の調子を整える食品	ちやうみりょう た 調味料・その他
17 金	あじつけパン トルティージャ (スペインふうオムレツ) スペインリょうり もやしサラダ きのこスープ		あじつけパン じゃがいも バター なたねあぶら なたねあぶら さんおんとう	たまご チーズ ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ もやし にんじん とうみょう えのきだけ しめじ ちんげんさい にんじん	しお こしょう トマトケチャップ す しょうゆ しお こしょう しょうゆ しお こしょう がらスープ (チキン)
20 月	ごはん ホイコーロー ワントンスープ		こめ なたねあぶら ごまあぶら かたくりこ さんおんとう ワントン	ぶたにく とりひきにく	しょうが にんにく きゃべつ にんじん ねぎ しょうが にんにく こまつな にんじん えのきだけ	みそ しょうゆ さけ しお こしょう トマトケチャップ がらスープ (チキン) しお こしょう しょうゆ
21 火	ゆかりごはん さけのしおやき さといものそぼろに すましじる		こめ さといも なたねあぶら さんおんとう	さけ  とりひきにく もずく	にんじん えのきだけ ねぎ	ゆかりこ しお さけ さけ しょうゆ けずりぶし けずりぶし だしこんぶ しょうゆ さけ
22 水	むぎごはん おやこどん みそしる		こめ おおむぎ さんおんとう なたねあぶら かたくりこ	とりにく たまご きざみのり あぶらあげ わかめ	たまねぎ ねぎ きゃべつ にんじん	けずりぶし さけ しょうゆ みりん けずりぶし みそ
23 木	ごはん とりにくのてりやき チーズポテト キムチチゲ		こめ じゃがいも バター	とりにく チーズ ぶたにく とうふ わかめ	パセリ はくさいキムチ だいこん ねぎ	しょうゆ みりん しお こしょう けずりぶし しょうゆ
24 金	こがたコッパパン いちごジャム わふうスパゲティ ヨーグルトあえ		コッパパン スパゲティ なたねあぶら	とりにく きざみのり ヨーグルト	いちごジャム たまねぎ にんじん えのきだけ しめじ パインアップル (缶) りんご (缶) みかん (缶)	しょうゆ しお こしょう
27 月	ごはん ぶたにくのしょうがやき ほうれんそうと ツナのソテー みそしる		こめ なたねあぶら さつまいも	ぶたにく まぐろみずに	しょうが ほうれんそう きゃべつ たまねぎ ねぎ	しょうゆ さけ みりん しょうゆ しお こしょう けずりぶし みそ
28 火	ごはん あじつけのり にくだんご あますあんかけ はるさめスープ		こめ なたねあぶら かたくりこ さんおんとう ごまあぶら はるさめ	あじつけのり にくだんご	たまねぎ にんじん さんどまめ ほうれんそう えのきだけ	しょうゆ さけ す がらスープ (チキン) しょうゆ しお こしょう
29 水	ごはん マーボどうふ 海藻サラダ	 のむ ヨーグルト	こめ ごまあぶら かたくりこ さんおんとう さんおんとう なたねあぶら	ぶたひきにく とうふ かいそうミックス	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ だいこん きゃべつ しょうが レモンじる	みそ しょうゆ トウバンジャン す しょうゆ
30 木	ごはん さばのなんぶやき そくせきづけ たぬきじる		こめ こま こんにゃく かたくりこ	さば  しおこんぶ さつまあげ あぶらあげ	しょうが きゃべつ にんじん しょうが えのきだけ にんじん しょうが ねぎ	さけ みりん しょうゆ す しお けずりぶし にほし しょうゆ
31 金	ミルクパン かぼちゃひきにくフライ きゃべつサラダ カレースープ		ミルクパン なたねあぶら なたねあぶら さんおんとう じゃがいも かたくりこ	かぼちゃひきにくフライ ベーコン	きゃべつ とうみょう たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	ソース しょうゆ す しお こしょう がらスープ (チキン) しょうゆ しお カレー ガラムマサラ ターメリック

※ 太字は、八幡市産の野菜です。

米量は、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。

10月3日・6日・15日・21日・29日の献立は、中学部2年生、高等部普通科2年生が、授業で考えてくれたメニューをもとに作成しました。