



令和5年4月分 京都市立総合支援学校給食献立表 〈中学部・高等部〉



京都市立総合支援学校長会
京都市教育委員会

※食材の単位は(g)です。

月日	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)
栄養量	エネルギー921kcal、たんぱく質32.1g	エネルギー715kcal、たんぱく質31.1g	エネルギー805kcal、たんぱく質31.6g	エネルギー813kcal、たんぱく質33g	エネルギー749kcal、たんぱく質33.7g
献立	ごはん 牛乳 ①ポークカレー ②野菜のごまドレッシングあえ ③牛乳プリン	麦ごはん 牛乳 ①さばのしょうが煮 ②小松菜の煮びたし ③野菜の沢煮わん	ごはん 牛乳 ①厚あげの卵とじ ②切干大根の三杯酢 ③かまぼこのすまし汁 ④ヨーグルト	味つけコッペパン 牛乳 ①ミートローフ ②小松菜のソテー ③春野菜のスープ煮 ④パインゼリー	麦ごはん 牛乳 ①ホキの野菜あんかけ ②ほうれん草のごまあえ ③とうふのみそ汁
おかずの内容	①豚肉(42) ガリックパウダー(0.12) こしょう(0.01) じゃがいも(66) たまねぎ(72) にんじん(18) しょうが(0.6)なたね油(1.2)なたね油(1.2)バター(4.8)小麦粉(7.2)カレー粉(0.96)スキムミルク(6)ピザ用チーズ(6)トマトピューレ(7.2)フルーツチャツネ(3)パーベキューソース(6)ウスターソース(2.4)食塩(0.84)オールスパイス(0.04)こいくちしょうゆ(2.04)ローリエ(0.01) ②ほうれん草(20) にんじん(10) キャベツ(50) すりごま(4) さとう(1.3) 食塩(0.2) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(1.6) 米酢(2.5)なたね油(0.8) ③牛乳プリン 1個(40)	①さば(70) しょうが(0.51) 三温糖(0.98) 料理酒(1.91) こいくちしょうゆ(2.01) ②小松菜(49.5) にんじん(5.5) うすくちしょうゆ(1.54) 本みりん(0.55) けずりぶし(0.11) ③ごぼう(15) たまねぎ(10) にんじん(10) えのきだけ(5) けずりぶし(1.4) みつば(3) 料理酒(0.8) 食塩(0.1) うすくちしょうゆ(2.88) 片くり粉(0.8)	①厚あげ(27.5) さとう(0.99) うすくちしょうゆ(2.31) けずりぶし(0.22) 鶏卵(55) 片くり粉(2.42) たまねぎ(33) にんじん(11) うすくちしょうゆ(3.41) けずりぶし(0.44) ②切干大根(5) にんじん(10) けずりぶし(0.2) さとう(0.72) うすくちしょうゆ(1.5) 細切こんぶ(0.2) さとう(0.45) うすくちしょうゆ(0.9) こいくちしょうゆ(0.45) 米酢(1.8) ③かまぼこ(10) ほうれん草(20) けずりぶし(1) だし昆布(0.8) 食塩(0.08) うすくちしょうゆ(2) ④ヨーグルト 1個(90)	①鶏ひき肉(29) 豚ひき肉(29) たまねぎ(24)なたね油(0.4) にんじん(5) 黄ピーマン(5) 料理酒(1) 食塩(0.3) こしょう(0.01) 片くり粉(1)なたね油(0.4) トマトケチャップ(8) トマトピューレ(1.6) ウスターソース(1.6) さとう(0.4) ②小松菜(65) コーン(10) 食塩(0.2) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(1.1)なたね油(0.7) ③じゃがいも(20) たまねぎ(20) にんじん(10) キャベツ(55) チキンスープ(17) 食塩(0.3) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(2.6) ④パインゼリー 1個(50)	①ホキ(70) 料理酒(1.4) うすくちしょうゆ(1.26) 片くり粉(3.5)なたね油(揚げ物用)(4.2) たまねぎ(49.5) にんじん(11) 干しいたけ(0.55) さとう(0.66) うすくちしょうゆ(0.99) こいくちしょうゆ(2.97) しょうが(0.88) けずりぶし(0.88) 片くり粉(1.1) ②ほうれん草(60) にんじん(5) すりごま(3) ねりごま(1) 本みりん(1.4) こいくちしょうゆ(2.3) けずりぶし(0.1) ③絹ごし豆腐(25) けずりぶし(1.4) わかめ(3) 九条ねぎ(5) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし			①なたね油(揚げ物用)なし ②すりごまなし
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし		①チキンスープ	①なたね油(揚げ物用)なし ②すりごまなし
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし		①チキンスープ	①なたね油(揚げ物用)なし ②すりごまなし

月日	20日(木)
栄養量	エネルギー800kcal、たんぱく質33.2g
献立	ごはん 牛乳 ①豚肉と大豆のみそ炒め ②ひじきのナムル ③中華コーンスープ
おかずの内容	①豚肉(27.5) こいくちしょうゆ(1.29) 料理酒(1.29) 大豆(22) 大根葉(33) にんじん(11) しょうが(0.55) にんにく(0.55)なたね油(1.1) 赤みそ(3.13) さとう(1.07) 料理酒(1.79) こいくちしょうゆ(1.79) コチジャン(0.9) ②ひじき(4) にんじん(5) けずりぶし(1.07) さとう(0.27) こいくちしょうゆ(1.33) たまねぎ(15) ごま油(0.8) さとう(1.2) 食塩(0.4) こしょう(0.01) 米酢(2.5) ③鶏卵(20) たまねぎ(25) クリームコーン缶(25) チキンスープ(15) 食塩(0.2) うすくちしょうゆ(1.84) 片くり粉(0.8)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ほうれん草
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ほうれん草
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ほうれん草

給食の内容について

牛乳

カルシウムが多く含まれていて、効果的に摂り入れられるので、毎日つきます。

主食

主にエネルギーとなる食べ物です。ごはん・パン・めんがあります。

ごはん

京都府内産の米を学校の給食室で炊きます。白ごはんと麦ごはんが交互に出てきます。

麦ごはん

麦ごはんは、大麦を10パーセント入れて炊きます。

セルフ混ぜごはん・丼

具を自分でごはんに混ぜたり、のせたりします。とりめし・ちらしずし・ビビンバ・ソースカツ丼などがあります。

パン

バターうすまきパン・黒糖コッペパン・味つけコッペパンなどの種類があります。パンがゆは、学校の給食室で作ります。

めん類

カレーうどん・しょうゆラーメン・イタリアンスパゲティ・フォーなどたくさんの種類があります。

おかず

主菜

魚・肉・卵・大豆製品などが主な食材で、中心となるおかずです。たんぱく質や脂肪の供給源になります。

副菜

野菜・いも・海藻・きのこなどの食材を主に使ったおかずです。ビタミン類・ミネラル・食物繊維の補給源になります。

その他(もう1品)

主食・主菜・副菜以外の汁物・果物・デザートなどがこれに当たります。不足しがちな栄養素・水分を補ったり、献立に彩りや楽しさを添えたりします。

★実施期間と回数★

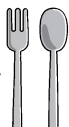
4/13(木)～7/20(木)	67回	197回
8/24(木)～12/21(木)	82回	
1/9(火)～3/21(木)	48回	





月日	21 日（金）	24 日（月）	25 日（火）	26 日（水）	27 日（木）
栄養量	エネルギー662kcal、たんぱく質26.2g	エネルギー783kcal、たんぱく質35g	エネルギー848kcal、たんぱく質32.8g	エネルギー832kcal、たんぱく質40.4g	エネルギー757kcal、たんぱく質35.3g
献立	①イタリアンスパゲティ 牛乳 ②春野菜のさっぱりツナポテト ③小松菜のスープ	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉と厚あげのカレー炒め ②切干大根の煮つけ ③じゃがいものみそ汁	①ツナそぼろ丼 牛乳 ②小松菜とひき肉の炒めもの ③若竹汁 ④ヨーグルト	ミルクコッペパン 牛乳 ①鶏肉のアンGRES ②ひじきのごまサラダ ③キャベツのスープ ④チーズ（型）	麦ごはん 牛乳 ①さわらの照り焼き ②ほうれん草の煮びたし ③かきたま汁 ④大豆とこんぶのポン酢づけ
お か ず の 内 容	① スパゲティ (66) ベーコン (13.2) フランクフルト (22) たまねぎ (74.8) ホールトマト(缶)(17.16) ピーマン (11) にんにく (0.28) オリーブ油 (0.88) トマトピューレ (9.24) トマトケチャップ (28.6) ウスターソース (6.05) 食塩 (0.55) こしょう (0.01)	① 厚 あ げ (55) 三 温 糖 (0.99) こいくちしょうゆ (1.98) けずりぶし (1.1) 鶏 肉 (38.5) たまねぎ (38.5) にんじん (11) しょうが (0.44) なたね油 (1.1) 食塩 (0.11) こしょう (0.01) カレー粉 (0.33) さとう (0.55) こいくちしょうゆ (2.42) 料理酒 (0.99) 米 酢 (0.99) 片くり粉 (1.1)	① まぐろフレーク (36) たまねぎ (18) にんじん (12) しょうが (0.72) なたね油 (0.48) 三 温 糖 (1.68) 本みりん (1.92) 料 理 酒 (1.08) こいくちしょうゆ (3.6) 鶏 卵 (36) けずりぶし (0.12) 片くり粉 (0.36) 食塩 (0.12) なたね油 (0.84)	① 鶏 肉 (78) 料 理 酒 (1.25) 片くり粉 (3.9) なたね油(揚げ物用) (3.9) トマトケチャップ (9.36) ウスターソース (7.02) さとう (1.25)	① さ わ ら (50) 本みりん (0.4) 料 理 酒 (0.3) 三 温 糖 (0.2) こいくちしょうゆ (0.7) 本みりん (1.2) 料 理 酒 (1.4) 三 温 糖 (0.7) こいくちしょうゆ (2) コーンスターチ (1)
	② まぐろフレーク (10) じゃがいも (30) キャベツ (20) にんじん (10) グリーンアスパラガス (10) さとう (0.3) 食塩 (0.5) こしょう (0.01) 本みりん (1) 米 酢 (1) なたね油 (0.7)	② 切干大根 (6) にんじん (10) 平 天 (8) 三 温 糖 (1.44) うすくちしょうゆ (2) けずりぶし (2.4)	② 小 松 菜 (40) 豚ひき肉 (10) にんじん (5) ごま油 (0.5) 信州みそ (3) さとう (1) 本みりん (2.4) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (1)	② ひ じ き (3) にんじん (10) けずりぶし (0.8) さとう (0.2) うすくちしょうゆ (1) コー ン (10) 大 根 葉 (20) すりごま (4) さとう (0.8) うすくちしょうゆ (2) 米 酢 (2)	② ほうれん草 (60) えのきだけ (10) にんじん (5) さとう (0.5) 本みりん (1.2) うすくちしょうゆ (2) こいくちしょうゆ (0.5) けずりぶし (0.2)
	③ 小 松 菜 (20) にんじん (5) たまねぎ (20) チキンスープ (15) うすくちしょうゆ (1.6) 食塩 (0.32) こしょう (0.01)	③ じゃがいも (20) たまねぎ (15) 九条ねぎ (5) けずりぶし (1.4) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4)	③ わ か め (4) たけのこ(缶) (10) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) うすくちしょうゆ (3.04) 食塩 (0.1) 料 理 酒 (0.4)	③ キャベツ (40) も や し (15) にんじん (10) チキンスープ (15) 食塩 (0.24) こしょう (0.01) こいくちしょうゆ (0.4) うすくちしょうゆ (1.84) 料 理 酒 (0.8)	③ 鶏 卵 (30) たまねぎ (15) にんじん (5) 食塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4) 片くり粉 (0.8) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8)
	④ ヨーグルト 1 個 (80)			④ チーズ(型) 1 個 (15)	④ 大 豆 (10) 細切こんぶ (0.5) ゆず(果汁) (1.5) こいくちしょうゆ (1.75) さとう (0.75) 料 理 酒 (1.75) けずりぶし (0.2)
後期食	①なたね油	①鶏肉→鶏ひき肉	①食塩なし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ なたね油（揚げ物用）なし ②ほうれん草、すりごま→ねりごま ④チーズ（型）→クリームチーズ、たまねぎ	①マッシュポテト、けずりぶし
中期食	①なたね油、チキンスープ ②チキンスープ	①鶏肉→鶏ひき肉	①食塩なし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ なたね油（揚げ物用）なし、チキンスープ ②ほうれん草、すりごま→ねりごま ④チーズ（型）→クリームチーズ、たまねぎ	①マッシュポテト、けずりぶし
初期食	①なたね油、チキンスープ ②チキンスープ	①鶏肉→鶏ひき肉	①食塩なし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ なたね油（揚げ物用）なし、チキンスープ ②ほうれん草、すりごま→ねりごま ④チーズ（型）→クリームチーズ、たまねぎ	①マッシュポテト、けずりぶし

月日	28 日（金）
栄養量	エネルギー796kcal、たんぱく質32.6g
献立	ごはん 牛乳 ①肉じゃが（みそ味） ②小松菜とじゃこの炒め物 ③ふのすまし汁
お か ず の 内 容	① 豚 肉 (49.5) じゃがいも (88) たまねぎ (27.5) にんじん (11) なたね油 (1.1) 料 理 酒 (2.2) 三 温 糖 (2.2) 赤 み そ (2.97) 信州みそ (3.52) うすくちしょうゆ (0.99)
	② 小 松 菜 (70) しらすぶし (5) いりごま (3) なたね油 (0.7) 本みりん (1.1) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (1.8)
	③ 切 り ふ (3) たまねぎ (25) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) 豆 苗 (3) 食塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま



一人ひとりに応じた給食



＝年齢に応じて＝

小学部1年生から高等部3年生までの幅広い年齢に応じ、4段階（低学年・中学年・高学年・中等部）の栄養量で給食を提供します。

えんげ そしやく
＝嚥下・咀嚼能力に応じて＝

普通食の他に、3つの形態を提供します。

後期食

やわらかく調理した食材を食べやすい大きさにした形態

中期食

やわらかく調理した食材を少し粒が残る程度にすりつぶし、まとめた形態

初期食

やわらかく調理した食材をペースト状にした形態

＝個々の状態に応じて＝

アレルギー対応食

・医師の診断によりアレルギー物質の除去が必要とされる児童生徒に、給食として可能な限りの対応を行います。原則として除去の対象は、27品目（たまご、そば、牛乳、小麦、落花生、えび、かに、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、鮭、さば、大豆、鶏肉、豚肉、松茸、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ）です。アレルギー物質を含む食材を除去するだけでなく、対応食を提供します。（ただし、特別な食品を購入しての対応はできません。）

＊魚介類・海藻類は、いか及びえび・かに・その他甲殻類、またはアレルゲンである甲殻類由来のたんぱく質が、極めて微量ながら検出される可能性があります。

＊魚には、原料由来の魚卵が含まれる可能性があります。

＊揚げ物の献立の油については、給食献立表に油(揚げ物用)と表記します。揚げ油は、支援学校給食以外の調理で使用することもあるため、他の食材の成分等が油に残っている可能性があります。

カロリー調整食

・エネルギーの過剰摂取傾向にある児童生徒に対して、医師や家庭と相談のうえ実施します。家庭と学校とで連携をとりながら進めていきます。

・基準のエネルギー量を約15%カットしたものを提供します。

＊「アレルギー対応食」、「カロリー調整食」の実施に当たっては、手続きが必要です。学校に相談してください。

献立表の見方

◆栄養量は、普通食1食分のエネルギー量とたんぱく質量を記載しています。

◆おかずの内容には、普通食の食材と分量を記載しています。

◆後期食・中期食・初期食には、形態にあわせて食材を変更した内容を記載しています。（ただし、食材をまとめたり、とろみをつけたりするために使用するコーンスターチは、記載しません。）

「和(なごみ)献立」

きょう でんとうしよく きょうじ
京の伝統食や行事にちなんだ献立、季節感の
あじ しゅん しよくざい つか ごんだて そざい だし
味わえる旬の食材を使った献立、素材や出汁の
うま味を活かした献立です。

＊栄養量は、普通食の1食分のエネルギー量とたんぱく質量を記載しています。 ＊献立は、諸事情により一部変更する場合があります。

この印刷物が不要になれば
「雑がみ」として古紙回収等へ！

