

令和6年1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。

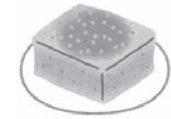
月日	9 日 (火)	10 日 (水)	11 日 (木)	12 日 (金)	15 日 (月)
栄養量	エネルギー825kcal、たんぱく質33.9g	エネルギー724kcal、たんぱく質33.3g	エネルギー792kcal、たんぱく質26.6g	エネルギー705kcal、たんぱく質27.5g	エネルギー830kcal、たんぱく質33.5g
献立	①衣笠丼 (麦ごはん) 牛乳 ②小松菜の煮びたし ③ごぼうのみそ汁	ごはん 牛乳 ①松風焼き ②紅白なます ③黒豆 ④白菜の吉野汁	麦ごはん 牛乳 ①厚あげの野菜あんかけ ②ひじきの炒り煮 ③栗きんとん ④ふのすまし汁	ごはん 牛乳 ①煮しめ ②たたきごぼう ③京野菜のみそ汁	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのごまみそそば ②白菜とツナの煮びたし ③えのきのすまし汁
おかずの内容	①油 あ げ (30) さ と う (0.87) うすくしょうゆ (2.49) けずりぶし (0.24) 鶏 卵 (60) 片 くり 粉 (2.64) たまねぎ (36) 九 条 ね ぎ (18) 本 み り ん (2.7) うすくしょうゆ (3.78) けずりぶし (0.72) ②小 松 菜 (70) に ん じ ん (10) も や し (15) 本 み り ん (1.1) さ と う (0.5) うすくしょうゆ (2) こいくちしょうゆ (0.5) けずりぶし (0.2) ③ご ぼ う (10) に ん じ ん (5) キャベツ (15) けずりぶし (1.4) み つ ば (3) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)	①鶏 ひ き 肉 (60) た ま ね ぎ (25) し ょ う が (0.4) 片 くり 粉 (0.2) 赤 み そ (4) 料 理 酒 (1.2) い り ご ま (2) ②だ い こ ん (60) 金 時 に ん じ ん (5) ゆ ず (果汁) (0.5) さ と う (0.6) 本 み り ん (0.5) 食 塩 (0.1) うすくしょうゆ (1.8) 米 酢 (1.8) けずりぶし (0.1) ③黒 豆 (10) 三 温 糖 (5) うすくしょうゆ (0.8) ④は く さ い (40) に ん じ ん (10) た ま ね ぎ (20) けずりぶし (1.4) 本 み り ん (0.48) 食 塩 (0.1) うすくしょうゆ (2.8) 片 くり 粉 (1.6)	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) に ん じ ん (11) た ま ね ぎ (38.5) し ょ う が (0.55) さ と う (1.69) うすくしょうゆ (3.27) 片 くり 粉 (2.18) けずりぶし (0.88) ②ひ じ き (4) に ん じ ん (5) な た ね 油 (0.4) 三 温 糖 (0.8) 本 み り ん (2.4) こいくちしょうゆ (3) けずりぶし (0.96) ③さ つ ま い も (35) お き 栗 (15) さ と う (4.2) 食 塩 (0.1) ④切 り ぶ (3) た ま ね ぎ (15) ほうれん草 (15) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) 食 塩 (0.1) うすくしょうゆ (2.4)	①鶏 肉 (44) 里 い も (33) れ ん こ ん (16.5) に ん じ ん (11) 板こんにゃく (11) 干しいたけ (0.88) 三 温 糖 (0.99) 本 み り ん (1.21) こいくちしょうゆ (3.41) ②ご ぼ う (30) す り ご ま (2) さ と う (0.3) うすくしょうゆ (2.2) 米 酢 (1.2) ③だ い こ ん (25) 金 時 に ん じ ん (10) 水 菜 (10) けずりぶし (1.4) だし昆布 (0.8) 白 み そ (11.2) 信 州 み そ (3.2)	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) 豚 ひ き 肉 (33) し ょ う が (0.33) じゃがいも (33) に ん じ ん (16.5) な た ね 油 (1.1) 三 温 糖 (1.76) 料 理 酒 (0.77) 信 州 み そ (4.4) うすくしょうゆ (0.99) す り ご ま (3.85) ね り ご ま (2.75) けずりぶし (0.33) ②は く さ い (80) に ん じ ん (4) ま ぐ ろ フ レ ー ク (6) うすくしょうゆ (3) けずりぶし (0.8) ③た ま ね ぎ (15) え の き だ け (5) わ か め (3) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) 食 塩 (0.1) うすくしょうゆ (2.4)
後期食	①油あげ→厚あげ	①いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごま→ねりごま	①すりごまなし
中期食	①油あげ→厚あげ	①いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごま→ねりごま	①すりごまなし
初期食	①油あげ→厚あげ	①いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごま→ねりごま	①すりごまなし

月日	16 日 (火)	17 日 (水)
栄養量	エネルギー844kcal、たんぱく質37.1g	エネルギー742kcal、たんぱく質30.6g
献立	バターうずまぎパン 牛乳 ①チリコンカーン ②ひじきのソテー ③コンソメスープ ④ヨーグルト	ごはん 牛乳 ①ホキの黄金焼き ②小松菜ともやしのごまあえ ③のっぺい汁
おかずの内容	①大 豆 (24.2) 鶏 ひ き 肉 (24.2) たまねぎ (55) に ん じ ん (12.1) な た ね 油 (0.97) 三 温 糖 (0.49) 料 理 酒 (1.1) カ レ ー 粉 (0.31) トマトケチャップ (6.6) 食 塩 (0.22) こ し ょ う (0.01) オ ー ル ス パ イ ス (0.01) ガーリックパウダー (0.17) こいくちしょうゆ (1.46) ク ー リ エ (0.01) ②ひ じ き (3) に ん じ ん (10) コ ー ン (5) ほうれん草 (10) な た ね 油 (1) さ と う (0.44) うすくしょうゆ (1.32) 食 塩 (0.22) こ し ょ う (0.01) ③た ま ね ぎ (50) セ ロ リ (10) チキンスープ (15) うすくしょうゆ (1.84) 食 塩 (0.25) こ し ょ う (0.01) ④ ヨ ー グ ル ト 1 個 (80)	①ホ キ (70) 料 理 酒 (1.4) 片 くり 粉 (3.5) に ん じ ん (11) マヨネーズソース (8.25) 信 州 み そ (1.65) ②小 松 菜 (65) も や し (25) す り ご ま (3.5) ね り ご ま (1) 本 み り ん (1.7) こいくちしょうゆ (3.4) けずりぶし (0.2) ③里 い も (15) だ い こ ん (15) た ま ね ぎ (15) に ん じ ん (5) けずりぶし (1.4) うすくしょうゆ (2.8) こいくちしょうゆ (0.8) 片 くり 粉 (1.2)
後期食		①たまねぎ ②すりごまなし
中期食		①たまねぎ ②すりごまなし
初期食		①たまねぎ ②すりごまなし



給食に登場するお正月料理

しょうがつりょう り お正月料理 (おせち料理) には、あたらしい年がよい一年になるように、さまざまな願いが込められています。



まつかぜ や
「松風焼き」(10日)
ひょうめん
表面のみに、ごまなどをまぶして焼くことから、「裏がない正直な人になりますように。」



こうはく
「紅白なます」(10日)
あか
にんじんの赤(紅)色と大根の白色で、おめでたい紅白の組み合わせ。



くろまめ
「黒豆」(10日)
げん き
「元気(まめ)で、仕事ができますように。」



くり
「栗きんとん」(11日)
こがねいろ
黄金色の小判をイメージした栗きんとんは、財産、金運にたとえて、「豊かな生活が出来ますように。」



に
「煮しめ」(12日)
さ
さまざまな具をいっしょにすることから、「家族がなかよく結ばれますように。」
煮しめに入っている、れんこんは、穴があることから、「先が見通せますように。」



「たたきごぼう」(12日)
ちゅう ね は
ごぼうが地中に根を張り、力強く成長することから、「家族の土台がしっかりとしますように。」



この印刷物が不要になれば
「雑がみ」として古紙回収等へ！





月日	18 日（木）	19 日（金）	22 日（月）	23 日（火）	24 日（水）
栄養量	エネルギー739kcal、たんぱく質33.4g	エネルギー783kcal、たんぱく質32g	エネルギー861kcal、たんぱく質31.7g	エネルギー749kcal、たんぱく質33.4g	エネルギー702kcal、たんぱく質31.1g
献立	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉の治部煮 ②大根葉とじゃこの炒め物 ③さつまいものみそ汁 ④くきわかめのあっさり煮	ごはん 牛乳 ①肉じゃが ②切干大根の三杯酢 ③かきたま汁	麦ごはん 牛乳 ①チキンカレー ②ほうれん草のソテー ③牛乳プリン	①京風ためきうどん 牛乳 ②千草焼き ③小松菜のおかか炒め ④りんごのコンポート	ごはん 牛乳 ①たちうおのかば焼き風 ②ほうれん草とひじきの炒め物 ③じゃがいものみそ汁
お か ず の 内 容	① 鶏 肉 (60.5) 料 理 酒 (1.1) 片 くり 粉 (1.1) に ん じ ん (16.5) 干しいたけ (0.88) 三 度 豆 (11) 切 り ふ (5.5) 三 温 糖 (0.8) 本 み り ん (2.28) うすくしょうゆ (2.68) こいくちしょうゆ (1.79) けずりぶし (0.55)	① 豚 肉 (49.5) じゃがいも (55) たまねぎ (44) に ん じ ん (11) 糸こんにゃく (16.5) な た ね 油 (1.1) 三 温 糖 (1.98) 料 理 酒 (1.98) こいくちしょうゆ (5.94)	① 鶏 肉 (42) ガーリックパウダー (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) パ 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) バーベキューソース (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)	① 干しうどん (72) 油 あ げ (36) 三 温 糖 (1.8) こいくちしょうゆ (3.6) けずりぶし (0.6) たまねぎ (42) 九条ねぎ (8.4) しょうが (0.72) 本 み り ん (2.04) 食 塩 (0.12) こいくちしょうゆ (1.8) うすくちしょうゆ (7.2) だし 昆布 (1.92) けずりぶし (1.92) 片 くり 粉 (8.4)	① たちうお濃粉付 (60) な た ね 油 (1) さ と う (2.4) 本 み り ん (2.76) こいくちしょうゆ (4.08) し ょ う が (2.25)
	② 大 根 葉 (45) しらすぼし (4) な た ね 油 (1) 本 み り ん (1.1) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (1)	② 切干大根 (5) に ん じ ん (10) さ と う (0.72) うすくちしょうゆ (1.5) けずりぶし (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)	② ほうれん草 (65) に ん じ ん (10) コ ー ン (5) な た ね 油 (0.7) 食 塩 (0.2) こ しょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.1)	② 鶏 卵 (50) に ん じ ん (5) たまねぎ (17) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (1) けずりぶし (0.5) 片 くり 粉 (1)	② ひ じ き (2) ほうれん草 (45) に ん じ ん (5) な た ね 油 (0.5) すりごま (4) さ と う (0.4) こいくちしょうゆ (3) 本 み り ん (1)
	③ さつまいも (20) た ま ね ぎ (15) に ん じ ん (5) けずりぶし (1.4) 九条ねぎ (5) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4)	③ 鶏 卵 (30) ほうれん草 (20) 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)	③ 牛乳プリン 1個 (40)	③ 小 松 菜 (40) に ん じ ん (10) 花かつお (1) な た ね 油 (0.5) 本 み り ん (1.3) 料 理 酒 (0.6) うすくちしょうゆ (2.5)	③ じゃがいも (20) た ま ね ぎ (15) えのきだけ (10) けずりぶし (1.4)
	④ くきわかめ (15) 料 理 酒 (1) こいくちしょうゆ (2.2) 三 温 糖 (1.5)	だし 昆布 (0.8)		④ り ん ご (60) さ と う (3.5)	信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ②ほうれん草	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ	①マッシュポテト、けずりぶし ②すりごま→ねりごま
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ②ほうれん草 ④けずりぶし	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ、片くり粉なし	①マッシュポテト、けずりぶし ②すりごま→ねりごま
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ②ほうれん草 ④けずりぶし	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ、片くり粉なし	①マッシュポテト、けずりぶし ②すりごま→ねりごま

月日	25 日（木）	26 日（金）	29 日（月）	30 日（火）	31 日（水）
栄養量	エネルギー863kcal、たんぱく質35.4g	エネルギー748kcal、たんぱく質35.5g	エネルギー778kcal、たんぱく質34.7g	エネルギー821kcal、たんぱく質32.6g	エネルギー719kcal、たんぱく質37.6g
献立	麦ごはん 牛乳 ①高野どうふの甘酢煮 ②大根葉とにんじんのごま油炒め ③わかめスープ ④牛肉のピリカラ炒め	ごはん 牛乳 ①鶏肉の塩こうじ焼き ②てっばい ③むらくも汁	麦ごはん 牛乳 ①豚肉と大豆のみそ炒め ②切干大根のナムル ③白菜の中華スープ ④いりじゃこ（しそ味）	黒糖コッペパン 牛乳 ①きのこのクリームシチュー ②野菜のごまドレッシングあえ ③パインゼリー	ごはん 牛乳 ①赤魚の煮つけ ②ほうれん草と卵の炒め物 ③豚汁
お か ず の 内 容	① 高 野 豆 腐 (8.8) 片 くり 粉 (6.05) なたね油(揚げ物用) (3.63) 豚 肉 (33) うすくちしょうゆ (1.1) 料 理 酒 (0.55) たまねぎ (66) に ん じ ん (11) 赤ピーマン (11) 黄ピーマン (11) な た ね 油 (1.1) さ と う (1.98) トマトケチャップ (4.95) こいくちしょうゆ (3.3) 米 酢 (1.65)	① 鶏 肉 (78) 塩 こう じ (6.24) こいくちしょうゆ (0.39) 料 理 酒 (1.04) 片 くり 粉 (3.9)	① 豚 肉 (27.5) こいくちしょうゆ (1.29) 料 理 酒 (1.29) 大 豆 (22) ほうれん草 (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)	① 鶏 肉 (33) じゃがいも (38.5) た ま ね ぎ (66) に ん じ ん (16.5) し め じ (13.2) エリンギ (6.6) な た ね 油 (1.21) な た ね 油 (1.21) パ タ ー (3.03) 小 麦 粉 (4.84) スキムミルク (6.05) ピザ用チーズ (6.05) 食 塩 (0.99) こ しょう (0.01)	① 赤 魚 (70) 三 温 糖 (0.93) 料 理 酒 (2.32) 本 み り ん (0.56) こいくちしょうゆ (1.11) し ょ う が (0.23)
	② 大 根 葉 (60) に ん じ ん (15) ご ま 油 (0.75) 食 塩 (0.27) うすくちしょうゆ (2.05) 本 み り ん (1.5) 料 理 酒 (0.65)	② 九条ねぎ (20) は く さい (25) に ん じ ん (5) か ま ぼ こ (10) な た ね 油 (1) 白 み そ (5.4) 米 酢 (2) 本 み り ん (1.8) 食 塩 (0.2) さ と う (0.9)	② 切干大根 (5) さ と う (0.65) うすくちしょうゆ (1.35) けずりぶし (0.3) 水 菜 (10) 細切こんにふ (0.2) ご ま 油 (0.72) さ と う (0.65) うすくちしょうゆ (1.35) 米 酢 (1.22)	② 小 松 菜 (55) に ん じ ん (10) コ ー ン (10) す り ご ま (4) な た ね 油 (1) 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)	② ほうれん草 (60) 鶏 卵 (20) 片 くり 粉 (0.2) な た ね 油 (0.5) こ しょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.8) な た ね 油 (1)
	③ わ か め (3) も や し (30) けずりぶし (1.4) 食 塩 (0.1) こ しょう (0.01) 料 理 酒 (0.8) うすくちしょうゆ (2.4)	③ 鶏 卵 (15) 絹ごし豆腐 (20) た ま ね ぎ (20) に ん じ ん (5) 小 松 菜 (15) 料 理 酒 (0.8) 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)	③ は く さい (30) も や し (20) 白 ね ぎ (10) しょうが (0.5) ご ま 油 (1) チキンスープ (15) 食 塩 (0.4) こ しょう (0.01) うすくちしょうゆ (0.8)	③ パインゼリー 1個 (50)	③ 豚 肉 (15) だ い こ ん (20) た ま ね ぎ (28) に ん じ ん (5) けずりぶし (1.4) 九条ねぎ (5) 赤 み そ (6.4)
	④ 牛 肉 (27.5) 食 塩 (0.1) こ しょう (0.01) し ょ う が (0.15) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (0.5) な た ね 油 (0.5) た ま ね ぎ (15) たけのこ(缶) (5) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (0.8) トウバンジャン (0.05) 片 くり 粉 (0.25)	だし 昆布 (0.8)	④ しらすぼし (10) 赤しそふりかけ (0.35) 本 み り ん (1) 料 理 酒 (1)		
後期食	①高野豆腐→絹ごし豆腐 なたね油（揚げ物用）なし、豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草 ④牛肉→牛ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ	①豚肉→豚ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし ③豚肉→豚ひき肉
中期食	①高野豆腐→絹ごし豆腐 なたね油（揚げ物用）なし、豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草 ④牛肉→牛ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし	①豚肉→豚ひき肉 ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし ③豚肉→豚ひき肉
初期食	①高野豆腐→絹ごし豆腐 なたね油（揚げ物用）なし、豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草 ④牛肉→牛ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし	①豚肉→豚ひき肉 ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①マッシュポテト、けずりぶし ③豚肉→豚ひき肉

＊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。
＊魚介類・海藻類は、いか及びえび・かに・その他甲殻類、またはアレルギー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。
＊しらすぼしなどの小魚、魚の切り身、さば水煮等については、原料由来の魚卵が含まれる可能性があります。
＊休日に学校行事等がある場合、原則的に代休日の献立が当日の献立となります。

