

月日	11 日 (木)	12 日 (金)	15 日 (月)	16 日 (火)	17 日 (水)
栄養量	エネルギー918kcal、たんぱく質32.4g	エネルギー734kcal、たんぱく質36.5g	エネルギー756kcal、たんぱく質32.8g	エネルギー768kcal、たんぱく質31.6g	エネルギー857kcal、たんぱく質37.5g
献立	ごはん 牛乳 ①ポークカレー ②ひじきのごまサラダ ③牛乳プリン	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉の塩こうじ焼き ②ほうれん草と卵の炒め物 ③とうふのみそ汁	ごはん 牛乳 ①鶏肉と大豆の中華煮 ②大根葉とにんじんのごま油炒め ③はるさめスープ	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コンソメスープ ④りんごゼリー	麦ごはん 牛乳 ①さばのしょうが煮 ②切干大根の煮つけ ③野菜の沢煮わん ④ヨーグルト
お か ず の 内 容	① 豚 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) 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)	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 鶏 肉 (36.3) 大 豆 (24.2) 干しいたけ (1.21) た ま ね ぎ (36.3) さ と う (1.65) 料 理 酒 (1.1) 本 み り ん (1.1) こいくちしょうゆ (4.4) オイスターソース (2.2) トウバンジャン (0.11)	① 鶏 ひ き 肉 (29) 豚 ひ き 肉 (29) た ま ね ぎ (24) な た ね 油 (0.5) 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 (0.5) 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)	① さ ば (70) し ょ う が (2.8) 三 温 糖 (0.79) 料 理 酒 (1.53) こいくちしょうゆ (1.6)
	② ひ じ き (3) に ん じ ん (10) さ と う (0.2) うすくちしょうゆ (1) けずりぶし (0.8) コ ー ン (10) 小 松 菜 (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) に ん じ ん (5) 鶏 卵 (20) 片 くり 粉 (0.2) な た ね 油 (0.5) な た ね 油 (1) こ しょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.8)	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 小 松 菜 (65) に ん じ ん (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)	② 切 干 大 根 (7) 油 あ げ (8) に ん じ ん (15) 三 温 糖 (1.44) うすくちしょうゆ (3.6) けずりぶし (2.4)
	③ 牛乳プリン 1個 (40)	③ 絹ごし豆腐 (25) に ん じ ん (3) けずりぶし (1.4) 九 条 ね ぎ (5) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)	③ 緑豆はるさめ (6) に ん じ ん (5) も や し (15) 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 (3.2)	③ たまねぎ (50) セ ロ リ (10) チキンスープ (15) うすくちしょうゆ (1.84) 食 塩 (0.25) こ しょう (0.01)	③ ご ぼ う (15) たまねぎ (15) に ん じ ん (10) 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)
				④ りんごゼリー 1個 (40)	④ ヨーグルト 1個 (80)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ	①鶏肉→鶏ひき肉 ②ほうれん草 ③緑豆はるさめ→はるさめ		①たまねぎ、片くり粉 ②油あげ→厚あげ
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉 ②ほうれん草 ③緑豆はるさめ→はるさめ	①チキンスープ	①たまねぎ、片くり粉、けずりぶし ②油あげ→厚あげ
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉 ②ほうれん草 ③緑豆はるさめ→はるさめ	①チキンスープ	①たまねぎ、片くり粉、けずりぶし ②油あげ→厚あげ

月日	18 日 (木)	19 日 (金)
栄養量	エネルギー808kcal、たんぱく質33.7g	エネルギー688kcal、たんぱく質30.1g
献立	ごはん 牛乳 ①マーボどうふ ②もやしとにらのナムル ③中華コーンスープ ④いりじゃこ	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青菜のスープ ④チーズ (型)
お か ず の 内 容	① と う ふう (77) 豚 ひ き 肉 (25.3) 食 塩 (0.11) こ しょう (0.01) た ま ね ぎ (38.5) 九 条 ね ぎ (5.5) し ょ う が (0.77) ご ま 油 (0.99) さ と う (0.77) 赤 み そ (4.4) 料 理 酒 (0.99) トウバンジャン (0.09) こいくちしょうゆ (2.75) 片 くり 粉 (1.98)	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)
	② も や し (50) に ん じ ん (5) に ら (10) ご ま 油 (2) 食 塩 (0.4) チキンスープ (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 (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)
	③ 鶏 卵 (20) たまねぎ (20) に ん じ ん (5) グリムコン缶 (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)	③ 小 松 菜 (20) に ん じ ん (5) た ま ね ぎ (25) 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)
	④ しらすぼし (10) し ょ う が (1) 本 み り ん (1) 料 理 酒 (1)	④ チーズ (型) 1個 (15)
後期食		①なたね油 ④チーズ (型) → クリームチーズ、たまねぎ
中期食	④けずりぶし	①なたね油、チキンスープ ②チキンスープ ④チーズ (型) → クリームチーズ、たまねぎ
初期食	④けずりぶし	①なたね油、チキンスープ ②チキンスープ ④チーズ (型) → クリームチーズ、たまねぎ

きゅうしよく ないよう

給食の内容について

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

自分でごはんに具を混ぜたり、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、たくさん種類があります。

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
日づきます。

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。

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・
食物繊維の供給源になり
ます。

★ 実施期間と回数 ★

4 / 11 (木) ~ 7 / 19 (金)	68回	196回
8 / 26 (月) ~ 12 / 24 (火)	83回	
1 / 9 (木) ~ 3 / 18 (火) (北総合支援学校中央分校は3/19 (水)まで)	45回	

※ 休日参観の日は、給食を実施します。その場合、原則的に
代休日の献立が当日の献立となります。

※ 3月 は、卒業式で2回給食を実施しない日があります。

※ 北総合支援学校中央分校のみ、卒業式の日が異なるため、
給食実施日も異なります。

この印刷物が不要になれば
「雑がみ」として古紙回収等へ！





月日	22 日（月）	23 日（火）	24 日（水）	25 日（木）	26 日（金）
栄養量	エネルギー747kcal、たんぱく質32.9g	エネルギー777kcal、たんぱく質31.4g	エネルギー749kcal、たんぱく質35.7g	エネルギー702kcal、たんぱく質33.8g	エネルギー766kcal、たんぱく質32.9g
献立	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのカレーあんかけ ②ほうれん草ともやしの土佐酢あえ ③ふのみそ汁	ごはん 牛乳 ①肉じゃが ②小松菜とじゃこの炒め物 ③えのきのすまし汁	ミルクコッペパン 牛乳 ①鶏肉のアングレス ②野菜のドレッシングあえ ③オニオンスープ	麦ごはん 牛乳 ①たちうおのピリカラムそ焼き ②ほうれん草の煮びたし ③若竹汁 ④高野どうふの煮つけ	ごはん 牛乳 ①親子煮 ②ひじきの五目煮 ③じゃがいものみそ汁
おかずの内容	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 (22) 九 条 ね ぎ (11) た ま ね ぎ (33) 干 しいたけ (1.1) カ レ ー 粉 (0.4) さ と う (1.89) うすくちしょうゆ (3.57) 片 くり 粉 (2.42) けずりぶし (0.88)	① 豚 肉 (49.5) じゃがいも (88) た ま ね ぎ (38.5) 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 (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 たちうお(鰯)粉付 (60) な た ね 油 (1) し ょ う が (0.9) ご ま 油 (0.3) 三 温 糖 (3.6) 料 理 酒 (3.6) トウバンジャン (0.07) こいくちしょうゆ (1.8) 赤 み そ (2.7)	① 鶏 肉 (33) 鶏 卵 (60.5) 片 くり 粉 (2.2) た ま ね ぎ (49.5) 九 条 ね ぎ (11) さ と う (0.5) うすくちしょうゆ (5.15) けずりぶし (0.33)
	② ほうれん草 (60) も や し (30) 花 かつ お (1) 本 み り ん (1.3) こいくちしょうゆ (2.7) うすくちしょうゆ (0.5) 米 酢 (1.5) だし 昆 布 (0.2)	② 小 松 菜 (70) しらすぼし (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)	② 大 根 葉 (60) コ ー ン (10) に ん じ ん (10) 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)	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)	② ひ じ き (5) に ん じ ん (5) つきこんにゃく (8) ご ぼ う (15) な た ね 油 (0.5) 三 温 糖 (1) 本 み り ん (2.3) うすくちしょうゆ (2) こいくちしょうゆ (2) けずりぶし (1)
	③ たまねぎ (20) に ん じ ん (5) 切 り ふ (3) けずりぶし (1.4) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)	③ えのきだけ (5) たまねぎ (25) けずりぶし (1.2) だし 昆 布 (0.8) 豆 苗 (3) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4)	③ たまねぎ (50) な た ね 油 (0.5) チキンスープ (17) こいくちしょうゆ (0.4) うすくちしょうゆ (1.6) 食 塩 (0.24) こ し ょ う (0.01)	③ わ か め (4) た け の こ (10) けずりぶし (1) だし 昆 布 (0.8) うすくちしょうゆ (2.4) 食 塩 (0.1) 料 理 酒 (0.4)	③ じゃがいも (20) たまねぎ (15) に ん じ ん (5) けずりぶし (1.4) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉、コーンスターチ ②いりごま→ねりごま	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	①マッシュポテト、けずりぶし ④高野豆腐→絹ごし豆腐	①鶏肉→鶏ひき肉 ②つきこんにゃくなし
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま	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	①マッシュポテト、けずりぶし ④高野豆腐→絹ごし豆腐	①鶏肉→鶏ひき肉 ②つきこんにゃくなし
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま	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	①マッシュポテト、けずりぶし ④高野豆腐→絹ごし豆腐	①鶏肉→鶏ひき肉 ②つきこんにゃくなし

月日	30 日（火）
栄養量	エネルギー831kcal、たんぱく質35.6g
献立	麦ごはん 牛乳 ①回鍋肉 ②ほうれん草のナムル ③もずくスープ ④ヨーグルト
おかずの内容	① 豚 肉 (55) うすくちしょうゆ (1.98) 料 理 酒 (1.32) キ ャ ベ ツ (71.5) に ん じ ん (16.5) た け の こ (缶) (8.8) 干 しいたけ (0.99) し ょ う が (0.44) な た ね 油 (1.1) 料 理 酒 (1.98) さ と う (0.99) うすくちしょうゆ (1.49) テンメンジャン (4.95) 赤 み そ (1.49)
	② ほうれん草 (60) に ん じ ん (5) すりごま (3) ご ま 油 (0.7) さ と う (0.7) うすくちしょうゆ (2.4) 米 酢 (1.1)
	③ 鶏 卵 (15) も ず く (10) た ま ね ぎ (10) 料 理 酒 (0.8) 食 塩 (0.24) こ し ょ う (0.01) うすくちしょうゆ (1.84) 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)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま

一人ひとりのニーズに応じた給食

=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。

=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、くるみ、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、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。
*揚げ物の献立の油については、給食献立表に油（揚げ用）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。家庭と学校で連携をとりながら進めていきます。
●できるだけ普通食と見た目が変わらないよう工夫して、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「和（なごみ）献立」

京の伝統食や行事にちなんだ献立、季節感の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。

