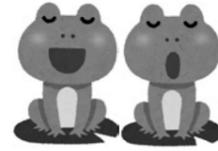




令和6年6月分 京都市立総合支援学校給食献立表 〈中学部・高等部〉



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	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)
栄養量	エネルギー724kcal、たんぱく質30.5g	エネルギー714kcal、たんぱく質32.9g	エネルギー792kcal、たんぱく質40.1g	エネルギー796kcal、たんぱく質32.3g	エネルギー923kcal、たんぱく質33.6g	エネルギー736kcal、たんぱく質35.5g
献立	麦ごはん 牛乳 ①タッカルビ ②小松菜のナムル ③もずくスープ	ごはん 牛乳 ①たちうおの南ばんづけ ②大根葉と切干大根のごまあえ ③赤だし	バターうずまきパン 牛乳 ①鶏肉のハニーマスタード焼き ②ほうれん草のソテー ③スープ ④チーズ(型)	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのチャンプル ②小松菜のおかか炒め ③ふのみそ汁 ④くわかめのあっさり煮	ごはん 牛乳 ①チキンカレー ②ひじきのソテー ③ヨーグルト	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉の塩こうじ焼き ②大根葉とじゃこの炒め物 ③豆乳のみそ汁
おかずの内容	①鶏肉(55)しょうが(1.1)にんにく(0.66)赤みそ(2.75)さとう(2.75)料理酒(1.98)コチジャン(1.1)こいくちしょうゆ(4.95)じゃがいも(33)たまねぎ(33)にんじん(11)キャベツ(33)なたね油(1.1) ②小松菜(60)にんじん(5)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)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)片くり粉(0.8)けずりぶし(1.4)	①たちうお(60)なたね油(1)たまねぎ(15)にんじん(5)赤ピーマン(5)さとう(1.8)こいくちしょうゆ(2.8)米酢(2.9) ②切干大根(4)にんじん(5)三温糖(0.85)本みりん(1.2)うすくちしょうゆ(3)けずりぶし(0.6)大根葉(50)すりごま(3.5)ねりごま(1)うすくちしょうゆ(1.1)けずりぶし(0.1) ③絹ごし豆腐(25)なめこ(10)九条ねぎ(5)けずりぶし(1.4)豆みそ(5.2)信州みそ(1.2)	①鶏肉(78)片くり粉(3.9)はちみつ(3.58)料理酒(1.3)こいくちしょうゆ(2.02)粒入りマスタード(5.59) ②ほうれん草(65)コーン(15)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) ③たまねぎ(25)もやし(20)にんじん(5)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) ④チーズ(型)1個(15)	①厚あげ(33)三温糖(0.6)こいくちしょうゆ(1.19)けずりぶし(0.66)豚肉(22)にんじん(5.5)キャベツ(55)たまねぎ(22)鶏卵(27.5)片くり粉(1.21)なたね油(1.65)食塩(0.11)こしょう(0.01)うすくちしょうゆ(3.3) ②小松菜(40)にんじん(10)花かつお(1)いりごま(3)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たまねぎ(20)切りぶ(3)けずりぶし(1.4)みつば(3)信州みそ(4)赤みそ(2.4) ④くわかめ(15)料理酒(1)こいくちしょうゆ(2.2)三温糖(1.5)	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)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)ハーブペースト(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ひじき(2)にんじん(10)まぐろフレーク(10)ほうれん草(10)なたね油(1)さとう(0.44)うすくちしょうゆ(1.32)食塩(0.12)こしょう(0.01) ③ヨーグルト1個(80)	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) ②大根葉(45)しらすぼし(4)いりごま(3)なたね油(1)本みりん(1.1)料理酒(0.5)こいくちしょうゆ(1.3) ③ごぼう(15)にんじん(5)九条ねぎ(5)けずりぶし(1.4)信州みそ(4)赤みそ(2.4)豆乳(35)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト ②ほうれん草、すりごまなし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ②ほうれん草 いりごま→ねりごま
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト、けずりぶし ②ほうれん草、すりごまなし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし ②ほうれん草 いりごま→ねりごま
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト、けずりぶし ②ほうれん草、すりごまなし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ ④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ	①豚肉→豚ひき肉 ②いりごま→ねりごま ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、けずりぶし ②ほうれん草 いりごま→ねりごま

月日	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)
栄養量	エネルギー772kcal、たんぱく質31g	エネルギー772kcal、たんぱく質33.4g	エネルギー707kcal、たんぱく質30g	エネルギー727kcal、たんぱく質34.8g	エネルギー749kcal、たんぱく質30.5g	エネルギー836kcal、たんぱく質31.7g
献立	ごはん 牛乳 ①肉じゃが ②小松菜の煮びたし ③えのきのすまし汁	ミルクコッペパン 牛乳 ①ビーンズオムレツ ②キャベツとピーマンのソテー ③コンソメスープ	①とりめし(麦ごはん) 牛乳 ②ひじきのごま酢あえ ③ふのすまし汁	ごはん 牛乳 ①かれいの煮つけ ②クーブイリチー ③かぼちゃのみそ汁	麦ごはん 牛乳 ①青椒肉絲 ②小松菜ともやしのごま炒め ③わかめスープ	味つけコッペパン 牛乳 ①クリームシチュー ②野菜のフレンチドレッシングあえ ③パインゼリー
おかずの内容	①豚肉(49.5)じゃがいも(55)たまねぎ(44)糸こんにゃく(16.5)にんじん(11)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) ②小松菜(65)にんじん(10)油あげ(12)さとう(0.5)本みりん(1.1)こいくちしょうゆ(2.7)けずりぶし(0.2) ③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)うすくちしょうゆ(2.4)	①フランクフルト(15)鶏卵(55)牛乳(10)たまねぎ(35)大豆(9)なたね油(0.8)食塩(0.3)こしょう(0.01)ピザ用チーズ(3)ウスターソース(1.6)トマトケチャップ(8)トマトピューレ(1.6)さとう(0.4) ②キャベツ(55)にんじん(5)ピーマン(15)なたね油(0.5)食塩(0.1)こしょう(0.01)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)	①鶏肉(57.6)ごぼう(21.6)にんじん(7.2)干しいたけ(1.2)しょうが(0.44)なたね油(1.44)さとう(1.92)本みりん(2.64)料理酒(1.32)こいくちしょうゆ(3.96)うすくちしょうゆ(0.72) 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)小松菜(30)すりごま(3)さとう(0.8)うすくちしょうゆ(2)米酢(2) ③切りぶ(3)たまねぎ(25)けずりぶし(1)だし昆布(0.8)みつば(3)食塩(0.1)うすくちしょうゆ(2.4)	①かれい(70)三温糖(0.7)料理酒(1.75)こいくちしょうゆ(1.33) ②豚肉(10)にんじん(5)細切こんにゃく(1.5)切干大根(6.6)ごま油(0.5)さとう(0.8)本みりん(2.4)料理酒(1)うすくちしょうゆ(3.5)けずりぶし(0.3) ③かぼちゃ(25)油あげ(8)けずりぶし(1.4)信州みそ(4)赤みそ(2.4)	①豚肉(55)さとう(0.99)こいくちしょうゆ(1.98)料理酒(2.97)ピーマン(44)たけのこ(缶)(22)しょうが(0.55)なたね油(1.1)料理酒(1.98)さとう(0.55)オスターソース(3.52)こいくちしょうゆ(1.32)片くり粉(1.1) ②小松菜(70)にんじん(10)もやし(10)すりごま(4.5)ごま油(1)さとう(1)うすくちしょうゆ(2.8) ③わかめ(3)たまねぎ(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)	①鶏肉(36.3)じゃがいも(72.6)たまねぎ(48.4)にんじん(18.15)なたね油(1.21)なたね油(1.21)バター(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) ②キャベツ(50)きゅうり(10)にんじん(5)黄ピーマン(15)オリーブ油(0.9)さとう(1.4)食塩(0.5)こしょう(0.01)米酢(2.8) ③パインゼリー1個(50)
後期食	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし ②油あげ→厚あげ		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 ②豚肉→豚ひき肉 ③油あげ→絹ごし豆腐	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉
中期食	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし ②油あげ→厚あげ	①チキンスープ	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 ②豚肉→豚ひき肉 ③油あげ→絹ごし豆腐	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉
初期食	①豚肉→豚ひき肉、糸こんにゃくなし ②油あげ→厚あげ	①チキンスープ	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 ②豚肉→豚ひき肉 ③油あげ→絹ごし豆腐	①豚肉→豚ひき肉 ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



