



京都市立総合支援学校校長会  
京都市教育委員会

※食材の単位は(g)です。

# 令和8年5月分 京都市立総合支援学校給食献立表 〈中学部・高等部〉

月日	1日(金)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)
栄養量	エネルギー 782kcal, たんぱく質 31.6g	エネルギー 796kcal, たんぱく質 27.9g	エネルギー 728kcal, たんぱく質 30.5g	エネルギー 653kcal, たんぱく質 28.7g	エネルギー 773kcal, たんぱく質 33.3g
献立	麦ごはん 牛乳 ①ミルフィーユとんかつ ②キャベツとコーンのソテー ③じゃがいものみそ汁	ごはん 牛乳 ①ツナとじゃがいもの卵とじ ②ひじきの炒り煮 ③ふのみそ汁	麦ごはん 牛乳 ①油淋鶏 ②小松菜とキャベツのごま炒め ③はるさめスープ	ごはん 牛乳 ①赤魚の煮つけ ②大根葉のごまあえ ③もずくのすまし汁	黒糖コッペパン 牛乳 ①ビーンズオムレツ ②ほうれん草のソテー ③コンソメスープ
おかずの内容	①豚肉(72)食塩(0.24) こしょう(0.01)小麦粉(5.04) パン粉(12)トマトケチャップ(8.8) トマトピューレ(1.76)ウスターソース(1.76) さとう(0.44)洋からし(0.05) ②キャベツ(60)コーン(5) なたね油(0.4)食塩(0.4) こしょう(0.01) ③じゃがいも(20)たまねぎ(20) にんじん(5)けずりぶし(1.9) 信州みそ(4)赤みそ(2.4)	①鶏卵(55)片くり粉(1.98) まろろフレーク(27.5)じゃがいも(33) たまねぎ(22)にんじん(11) なたね油(1.1)さとう(0.77) 本みりん(2.42)うすちしょうゆ(4.4) けずりぶし(0.33) 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切りふ(2)ほうれん草(15) たまねぎ(10)けずりぶし(1.9) 信州みそ(4)赤みそ(2.4)	①鶏肉(78)料理酒(1.56) 片くり粉(3.9)なたね油(揚げ物用)(3.9) 青ねぎ(3.9)しょうが(1.56) こいくちしょうゆ(3.51)米酢(3.51) さとう(3.51)料理酒(3.51) ②小松菜(55)キャベツ(20) すりごま(2)ごま油(0.5) 食塩(0.1)こしょう(0.01) うすちしょうゆ(2) ③緑豆はるさめ(6)にんじん(5) もやし(15)けずりぶし(1.9) 食塩(0.1)こしょう(0.01) 料理酒(0.8)うすちしょうゆ(2.4)	①赤魚(70)三温糖(1.16) 料理酒(2.9)本みりん(0.69) こいくちしょうゆ(1.39) ②大根葉(60)にんじん(5) ねりごま(3.2)本みりん(1.8) こいくちしょうゆ(2.9)けずりぶし(0.1) ③もずく(15)たまねぎ(20) にんじん(5)だし昆布(0.8) けずりぶし(1)食塩(0.1) うすちしょうゆ(2.4)	①大豆(9)フランクフルト(15) 鶏卵(55)牛乳(10) たまねぎ(30)にんじん(5) なたね油(0.8)食塩(0.3) こしょう(0.01)ピザ用チーズ(3) 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) うすちしょうゆ(1.1) ③たまねぎ(50)セロリ(10) うすちしょうゆ(1.84)食塩(0.25) こしょう(0.01)チキンスープ(15)
後期食	①豚肉→豚ひき肉、たまねぎ、片くり粉		①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし ②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①たまねぎ、片くり粉 ②ほうれん草	
中期食	①豚肉→豚ひき肉、たまねぎ、片くり粉 小麦粉なし、パン粉なし、けずりぶし		①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし けずりぶし ②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①たまねぎ、片くり粉、けずりぶし ②ほうれん草	①チキンスープ
初期食	①豚肉→豚ひき肉、たまねぎ、片くり粉 小麦粉なし、パン粉なし、けずりぶし		①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし けずりぶし ②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①たまねぎ、片くり粉、けずりぶし ②ほうれん草	①チキンスープ

月日	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)	19日(火)
栄養量	エネルギー 799kcal, たんぱく質 31g	エネルギー 713kcal, たんぱく質 29.3g	エネルギー 943kcal, たんぱく質 37.2g	エネルギー 799kcal, たんぱく質 32.4g	エネルギー 766kcal, たんぱく質 29.1g
献立	麦ごはん 牛乳 ①肉じゃが ②ごま酢あえ ③赤だし ④いりじゃこ(しそ味)	ごはん 牛乳 ①鶏肉の塩こうじ焼き ②切干大根の三杯酢 ③若竹汁 ④大根葉と牛肉の炒め物	麦ごはん 牛乳 ①厚あげとはるさめの炒め物 ②小松菜ともやしのごま炒め ③酸辣湯 ④ヨーグルト	ごはん 牛乳 ①豚肉のしょうが煮 ②大根葉のおかか炒め ③金時豆の甘煮 ④キャベツのみそ汁	コッペパン(国内産小麦100%) 牛乳 ①クリームシチュー ②ひじきのソテー ③フルーツミックス
おかずの内容	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) ②キャベツ(70)にんじん(10) すりごま(3.5)さとう(1.1) うすちしょうゆ(3)米酢(1.6) ③なめこ(10)たまねぎ(25) 青ねぎ(5)けずりぶし(1.9) 豆みそ(5.2)信州みそ(1.2) ④しらすばし(10)赤しそりかけ(0.35) 本みりん(1)料理酒(1)	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) ②切干大根(5)にんじん(10) 豆苗(5)さとう(0.72) うすちしょうゆ(1.5)けずりぶし(0.2) さとう(0.45)うすちしょうゆ(0.9) こいくちしょうゆ(0.45)米酢(1.8) ③わかめ(4)たけのこ(缶)(15) だし昆布(0.8)けずりぶし(1) うすちしょうゆ(2.4)食塩(0.1) 料理酒(0.4) ④大根葉(40)牛ひき肉(10) にんじん(5)ごま油(0.5) 信州みそ(2.7)さとう(0.9) 本みりん(2.2)料理酒(0.5) こいくちしょうゆ(0.9)	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) 豚肉(33)緑豆はるさめ(11) たまねぎ(41.8)にんじん(11) ら(5.5)にんにく(0.22) なたね油(1.1)赤みそ(2.53) さとう(1.54)オスターソース(1.98) トウバンジャン(0.11)こいくちしょうゆ(1.54) 片くり粉(1.1) ②小松菜(60)にんじん(10) もやし(20)すりごま(4.5) なたね油(1)さとう(1) うすちしょうゆ(2.8) ③鶏卵(25)たまねぎ(30) 干しいたけ(0.5)しょうが(0.5) ごま油(0.3)食塩(0.1) こしょう(0.01)こいくちしょうゆ(0.32) うすちしょうゆ(2.16)米酢(1.6) ごま油(0.4)けずりぶし(1.9) 片くり粉(1.6) ④ヨーグルト1個(80)	①豚肉(66)こいくちしょうゆ(1.21) 料理酒(1.54)しょうが(1.65) たまねぎ(44)糸こんにゃく(16.5) なたね油(0.77)三温糖(1.54) こいくちしょうゆ(2.97) ②大根葉(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)うすちしょうゆ(2.5) ③金時豆(12)三温糖(4) うすちしょうゆ(0.8) ④キャベツ(20)たまねぎ(20) けずりぶし(1.9)信州みそ(4) 赤みそ(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(3.02)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ひじき(4)にんじん(10) コーン(5)なたね油(1) さとう(0.44)うすちしょうゆ(1.32) 食塩(0.22)こしょう(0.01) ③みかん(缶)(15)パイナップル(缶)(30) 黄桃(缶)(15)
後期食	②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、片くり粉 ④ほうれん草	①緑豆はるさめ→はるさめ ②すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉、糸こんにゃくなし ②ほうれん草、いりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉
中期食	②すりごま→ねりごま ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、片くり粉 けずりぶし ④ほうれん草	①緑豆はるさめ→はるさめ ②すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉、糸こんにゃくなし ②ほうれん草、いりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉
初期食	②すりごま→ねりごま ④けずりぶし	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、片くり粉 けずりぶし ④ほうれん草	①緑豆はるさめ→はるさめ ②すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉、糸こんにゃくなし ②ほうれん草、いりごま→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!

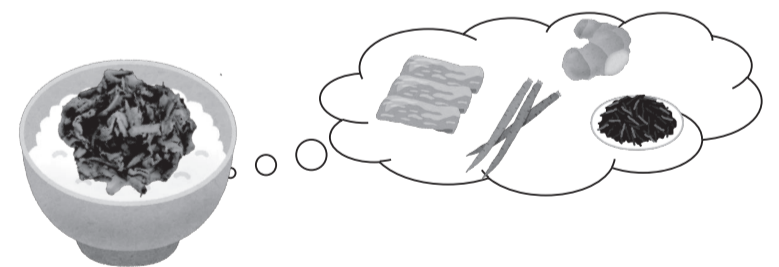


月日	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)
栄養量	エネルギー 805kcal、たんぱく質 36.6g	エネルギー 715kcal、たんぱく質 26.5g	エネルギー 778kcal、たんぱく質 29.1g	エネルギー 853kcal、たんぱく質 32.7g	エネルギー 940kcal、たんぱく質 29.1g
献立	麦ごはん 牛乳 ①なま節とたけのこのたき合わせ ②野菜の五目酢きんぴら ③かきたま汁	ごはん 牛乳 ①プリアプリ中華炒め ②小松菜ともやしのナムル ③ビーフンのスープ	麦ごはん 牛乳 ①シシジューシーの具 ②にんじんしりしり ③ほうれん草のスープ ④パインゼリー	ごはん 牛乳 ①鶏肉と高野豆腐の炒め物 ②切干大根の煮つけ ③わかめのみそ汁 ④牛肉とごぼうの煮つけ	麦ごはん 牛乳 ①キーマカレー ②野菜のごまドレッシングあえ ③牛乳プリン
おかずの内容	①なま節(44) さとう(3.46) 本みりん(2.97) 料理酒(4.45) こいくちしょうゆ(2.47) うすくちしょうゆ(2.97) 焼き豆腐(49.5) たけのこ(缶)(16.5) ②ごぼう(10) にんじん(15) 三度豆(5) かぼちゃ(35) なたね油(1) 料理酒(0.9) 食塩(0.1) さとう(2.25) こいくちしょうゆ(2.25) 米酢(2.7) いりごま(2) すりごま(2) 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) だし昆布(0.8) けずりぶし(1)	①鶏肉(66) 料理酒(1.21) こいくちしょうゆ(1.98) ごま油(0.55) 板こんにやく(33) にんじん(22) たまねぎ(38.5) 干しいたけ(0.77) しょうが(1.1) にんにく(0.66) なたね油(0.88) さとう(1.76) こいくちしょうゆ(2.09) うすくちしょうゆ(1.54) トウバンジャン(0.11) 片くり粉(1.32) 米酢(0.55) ②小松菜(70) もやし(20) さとう(1) ごま油(1) うすくちしょうゆ(3.3) 米酢(1.5) ③ビーフン(6) たまねぎ(20) にんじん(5) しょうが(0.3) けずりぶし(1.9) 食塩(0.24) こいくちしょうゆ(0.4) うすくちしょうゆ(1.84)	①豚肉(54) ごぼう(24) しょうが(0.53) 細切こんぶ(1.8) ごま油(1.8) さとう(1.26) 本みりん(2.7) 料理酒(1.8) うすくちしょうゆ(4.8) けずりぶし(0.36) ②にんじん(30) まろろフレク(5) 鶏卵(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(1.1) ③ほうれん草(25) たまねぎ(25) けずりぶし(1.9) 料理酒(0.8) うすくちしょうゆ(2.4) 食塩(0.1) こしょう(0.01) 片くり粉(0.8) ④パインゼリー 1個(50)	①高野豆腐(8.8) さとう(0.55) うすくちしょうゆ(1.21) けずりぶし(0.22) 鶏肉(44) こしょう(0.01) にんじん(14.3) たまねぎ(33) なたね油(1.1) さとう(0.55) こいくちしょうゆ(2.64) 片くり粉(1.1) ②切干大根(6) 平天(8) にんじん(10) 三温糖(1.44) うすくちしょうゆ(3) けずりぶし(2.4) ③わかめ(3) たまねぎ(25) 青ねぎ(5) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④牛肉(30) しょうが(0.72) ごぼう(9) なたね油(0.6) 三温糖(0.84) こいくちしょうゆ(2.16) 料理酒(0.66) 本みりん(0.72)	①豚ひき肉(50.4) ガリックパウダー(0.12) こしょう(0.01) コーン(14.4) にんじん(21.6) たまねぎ(72) しょうが(0.6) なたね油(1.44) なたね油(1.44) バター(5.76) 小麦粉(7.2) カレー粉(1.15) スキムミルク(7.2) ピザ用チーズ(7.2) トマトピューレ(8.64) パーベキューソース(9.6) ウスターソース(2.64) 食塩(0.84) オールスパイス(0.03) こいくちしょうゆ(1.68) ローリエ(0.01) ②小松菜(65) にんじん(5) まろろフレク(5) 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)
後期食	①マッシュポテト ②いりごま・すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにやくなし じゃがいも		①高野豆腐→絹ごし豆腐 ④牛肉→牛ひき肉	②すりごま→ねりごま
中期食	①マッシュポテト ②いりごま・すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにやくなし じゃがいも		①高野豆腐→絹ごし豆腐 ④牛肉→牛ひき肉	②すりごま→ねりごま
初期食	①マッシュポテト ②いりごま・すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにやくなし じゃがいも		①高野豆腐→絹ごし豆腐 ④牛肉→牛ひき肉	②すりごま→ねりごま

月日	27日(水)	28日(木)	29日(金)
栄養量	エネルギー 778kcal、たんぱく質 33g	エネルギー 690kcal、たんぱく質 36.5g	エネルギー 832kcal、たんぱく質 32.6g
献立	ごはん 牛乳 ①鶏肉のさっぱり煮 ②ほうれん草の煮びたし ③野菜の沢煮わん ④あまから大豆	①しょうゆラーメン 牛乳 ②いかのカレー揚げ ③大根葉とにんじんのごま油炒め ④ヨーグルト	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのごまみそそば ②小松菜と卵の炒め物 ③ふのすまし汁 ④くきわかめのあっさり煮
おかずの内容	①鶏肉(66) しょうが(0.55) にんにく(0.55) 板こんにやく(22) さとう(1.98) 本みりん(0.55) 料理酒(0.99) こいくちしょうゆ(3.41) 米酢(3.41) 片くり粉(1.1) 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キャベツ(20) にんじん(10) たまねぎ(10) みつば(3) だし昆布(0.8) けずりぶし(1) 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) ④大豆(33) 片くり粉(4) しらすばし(5) なたね油(揚げ物用)(1.9) さとう(4) こいくちしょうゆ(1.2)	①中華めん(192) なたね油(0.84) 豚肉(36) たまねぎ(18) もやし(24) 青ねぎ(6) しょうが(0.96) にんにく(0.96) なたね油(0.6) こしょう(0.01) 豚骨スープ(14.4) だし昆布(0.84) けずりぶし(3.12) こいくちしょうゆ(7.68) うすくちしょうゆ(3.84) ②いか(30) 料理酒(0.6) カレー粉(0.25) 片くり粉(3) なたね油(揚げ物用)(1.5) ③大根葉(60) にんじん(15) ごま油(0.75) 食塩(0.2) うすくちしょうゆ(2.05) 本みりん(1.5) 料理酒(0.65) ④ヨーグルト 1個(80)	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) 鶏ひき肉(38.5) しょうが(0.33) じゃがいも(33) にんじん(11) なたね油(1.1) 三温糖(1.76) 料理酒(0.77) 信州みそ(4.4) うすくちしょうゆ(0.99) すりごま(3.85) ねりごま(2.75) けずりぶし(0.33) ②小松菜(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切りふ(2) たまねぎ(25) みつば(3) だし昆布(0.8) けずりぶし(1) 食塩(0.1) うすくちしょうゆ(2.4) 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)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、板こんにやくなし ④片くり粉なし、なたね油(揚げ物用)なし	②平天、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし ③ほうれん草	①すりごまなし
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、板こんにやくなし ④片くり粉なし、なたね油(揚げ物用)なし けずりぶし	②平天、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし ③ほうれん草	①すりごまなし ④けずりぶし
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉、たまねぎ、板こんにやくなし ④片くり粉なし、なたね油(揚げ物用)なし けずりぶし	②平天、たまねぎ、なたね油(揚げ物用)なし ③ほうれん草	①すりごまなし ④けずりぶし



「シシジューシー」は沖縄県の郷土料理で、「シシ」は「肉」、「ジューシー」は「炊き込みご飯」を意味します。給食では、「シシジューシーの具」をご飯に混ぜて食べます。豚肉やごぼう、しょうが、細切こんぶが入っています。



この日は他にも、沖縄県の郷土料理である「にんじんしりしり」が登場します。「しりしり」はすりおろす時の音を表す「すりすり」からきており、専用の機器ですりおろしたにんじんを使うそうです。給食では千切りにしたにんじんを炒め、卵を加えて仕上げます。沖縄県の食文化を感じながら、味わって食べてくださいね！



\*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。  
\*しらすばしなどの小魚、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。