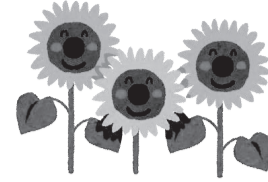




令和8年7・8月分 京都市立総合支援学校給食献立表 〈中学部・高等部〉



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	1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)
栄養量	エネルギー 857kcal、たんぱく質 28.4g	エネルギー 818kcal、たんぱく質 34g	エネルギー 779kcal、たんぱく質 28.5g	エネルギー 758kcal、たんぱく質 30.6g	エネルギー 691kcal、たんぱく質 20.2g	エネルギー 814kcal、たんぱく質 36.3g
献立	バターうずまきパン 牛乳 ①ブラウンシチュー ②野菜のドレッシングあえ ③りんごゼリー	ごはん 牛乳 ①豚肉の卵とじ ②ほうれん草ともやしの土佐酢あえ ③焼きなすのみそ汁 ④金時豆の甘煮	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのごまみそそば ②酢のもの ③小松菜のすまし汁	ごはん 牛乳 ①チキンのケバブ風 ②さっぱりツナポテト ③トマトと卵のスープ	麦ごはん 牛乳 ①七夕ちらしの具 ②小松菜ともやしのごまあえ ③にゅうめん	コッパン・いちごジャム 牛乳 ①ささみフライ ②ラタトゥイユ ③ほうれん草のスープ
おかずの内容	①鶏肉(38.5) ガリックパウダー(0.11) じゃがいも(60.5) たまねぎ(66) にんじん(16.5) なたね油(1.1) なたね油(1.1) バター(4.4) 小麦粉(6.6) ピザ用チーズ(5.5) トマトピューレ(2.2) パーキュース(4.4) ウスターソース(1.21) 食塩(0.88) こしょう(0.01) ローリエ(0.01) ②小松菜(55) にんじん(10) コーン(5) まぐろフレーク(5) 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りんごゼリー1個(40)	①豚肉(33) 鶏卵(60.5) 片くり粉(2.2) たまねぎ(49.5) にんじん(11) さとう(0.49) うすくちしょうゆ(5.14) 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) ③なす(25) なたね油(1) たまねぎ(20) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④金時豆(12) 三温糖(4) うすくちしょうゆ(0.8)	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(33) しょうが(0.33) じゃがいも(38.5) 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キャベツ(40) きゅうり(20) わかめ(5) さとう(0.8) うすくちしょうゆ(2.7) 米酢(2) ③たまねぎ(25) にんじん(5) 小松菜(20) 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)	①鶏肉(66) 料理酒(1.1) 片くり粉(3.3) たまねぎ(33) にんにく(1.1) なたね油(1.1) さとう(2.75) 米酢(2.75) 赤みそ(3.3) カレー粉(0.22) コチジャン(1.1) ②まぐろフレーク(10) じゃがいも(40) にんじん(10) キャベツ(15) なたね油(0.7) 本みりん(1) さとう(0.3) 食塩(0.5) こしょう(0.01) 米酢(1) ③鶏卵(15) トマト(15) たまねぎ(20) 料理酒(1) 食塩(0.4) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(0.88) 片くり粉(0.8) けずりぶし(1.9)	①しらすばし(6) さとう(4.8) 食塩(0.48) 米酢(12) ロースハム(12) にんじん(8.4) コーン(12) オクラ(12) ②小松菜(70) もやし(15) にんじん(5) 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そうめん(10) たまねぎ(10) きゅうり(5) みょうが(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) 本みりん(0.24)	①鶏肉(72) 食塩(0.24) こしょう(0.01) 小麦粉(6.96) パン粉(14.4) なたね油(揚げ物用)(9.36) ②かぼちゃ(30) たまねぎ(30) ズッキーニ(20) ホルムト(缶)(40) にんにく(0.5) なたね油(0.8) チキンスープ(5) 食塩(0.5) こしょう(0.01) さとう(0.2) ローリエ(0.01) ③ほうれん草(40) たまねぎ(15) 食塩(0.24) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(1.84) 料理酒(0.8) チキンスープ(15)
後期食			①すりごまなし		②すりごまなし	①たまねぎ・片くり粉追加 小麦粉・パン粉・なたね油(揚げ物用)なし
中期食			①すりごまなし		②すりごまなし	①たまねぎ・片くり粉・チキンスープ追加 小麦粉・パン粉・なたね油(揚げ物用)なし
初期食			①すりごまなし		②すりごまなし	①たまねぎ・片くり粉・チキンスープ追加 小麦粉・パン粉・なたね油(揚げ物用)なし

月日	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)
栄養量	エネルギー 744kcal、たんぱく質 23.4g	エネルギー 713kcal、たんぱく質 27g	エネルギー 800kcal、たんぱく質 31.9g	エネルギー 826kcal、たんぱく質 31.3g
献立	ごはん 牛乳 ①たちうおのカレーあんかけ ②大根葉とゴーヤの炒め物 ③キャベツのみそ汁	麦ごはん 牛乳 ①豚肉と大豆のみそ炒め ②切干大根の三杯酢 ③いりこだしのお吸い物	ごはん 牛乳 ①鶏肉の韓国風 ②大根葉と卵の炒め物 ③わかめスープ ④ヨーグルト	麦ごはん 牛乳 ①肉じゃが ②万願寺とうがらしとちくわの炒め物 ③とうふのみそ汁 ④ひじきの炒り煮
おかずの内容	①たちうお(40) なたね油(1) たまねぎ(40) にんじん(10) ピーマン(10) カレー粉(0.2) さとう(0.6) うすくちしょうゆ(1) こいくちしょうゆ(2.8) 片くり粉(1) けずりぶし(0.8) ②大根葉(40) にんじん(10) ゴーヤ(10) すりごま(4) 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キャベツ(20) ごぼう(8) 青ねぎ(5) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4)	①豚肉(27.5) こいくちしょうゆ(1.28) 料理酒(1.28) 大豆(16.5) 小松菜(44) にんじん(11) しょうが(0.55) なたね油(1.1) 赤みそ(3.3) さとう(1.06) 料理酒(1.78) こいくちしょうゆ(1.78) ②切干大根(5) にんじん(5) 細切こんぶ(0.2) さとう(0.7) うすくちしょうゆ(2.16) けずりぶし(0.2) きゅうり(20) さとう(0.5) うすくちしょうゆ(1) こいくちしょうゆ(0.5) 米酢(2) ③切りふ(2) たまねぎ(20) みつば(3) 食塩(0.1) うすくちしょうゆ(2.4) だし昆布(0.8) 煮干し(2)	①鶏肉(72) 料理酒(2.4) うすくちしょうゆ(1.8) 片くり粉(3.6) なたね油(揚げ物用)(3.6) 青ねぎ(12) 赤ピーマン(6) コチジャン(0.12) こいくちしょうゆ(2.4) さとう(1.2) にんにく(0.36) ごま油(0.6) ②大根葉(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) たまねぎ(20) もやし(10) 食塩(0.24) こしょう(0.01) うすくちしょうゆ(1.84) こいくちしょうゆ(0.4) チキンスープ(15) ④ヨーグルト1個(80)	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) ②万願寺とうがらし(35) ちくわ(10) すりごま(2) なたね油(0.5) 本みりん(0.8) 料理酒(0.5) うすくちしょうゆ(2.2) ③絹ごし豆腐(25) たまねぎ(10) にんじん(5) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④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)
後期食	①マッシュポテト追加 ②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま		①たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草追加	②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま
中期食	①マッシュポテト追加 ②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま		①たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草追加	②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま
初期食	①マッシュポテト追加 ②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま		①たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草追加	②ほうれん草追加 すりごま→ねりごま

がつのか
「7月7日は
たなばたこんだて
七夕献立」です

7月7日は七夕です。一年に一度だけこの日の夜に、天の川を渡って「ひこぼし」と「おりひめ」が出会うことができるという伝説をもとにした星祭りの行事です。七夕の日に天の川のような「そうめん」を食べると一年健康に過ごせると言われています。給食では、星に見立てた「オクラ」は「七夕ちらしの具」、天の川に見立てた「そうめん」は「にゅうめん」で使っています。

なつ
夏に美味しい!
オクラ

オクラは、お腹の調子を整えたり胃や腸を守ったりする働きがあります。体の調子を整える栄養がたっぷり含まれており、暑さで疲れやすい夏にぴったりの食材です。

なにご
クイズ オクラは何語で
しょうか?

①日本語 ②フランス語 ③英語

◎: 7景



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	15日(水)	16日(木)	17日(金)	21日(火)	8月24日(月)	25日(火)
栄養量	エネルギー 662kcal、たんぱく質 21.6g	エネルギー 752kcal、たんぱく質 29.5g	エネルギー 813kcal、たんぱく質 32.4g	エネルギー 811kcal、たんぱく質 29.6g	エネルギー 897kcal、たんぱく質 29.8g	エネルギー 744kcal、たんぱく質 30.7g
献立	①牛肉とトマトの炒めフォー 牛乳 ②大豆のカレーマリネ ③夏野菜のスープ ④パインゼリー	ごはん 牛乳 ①プリプリ中華炒め ②大根葉とキャベツのナムル ③中華コーンスープ	麦ごはん  牛乳 ①はもの梅肉あえ ②賀茂なすの田楽 ③ゆばのすまし汁 ④くさわかめと豚肉の甘から煮	ごはん 牛乳 ①夏野菜のあんかけごはんの具 ②大根葉とひじきの炒め物 ③ふのみそ汁 ④高野豆腐の卵とじ	麦ごはん 牛乳 ①夏野菜のカレー ②ひじきのごまサラダ ③牛乳プリン	ごはん 牛乳 ①ホキのかわり煮 ②とうがんのそぼろあんかけ ③かきたま汁 ④大根葉と牛肉の炒め物
おかずの内容	①フォー(55) 牛肉(38.5) 料理酒(1.1) 食塩(0.22) こしょう(0.01) にんにく(1.1) なたね油(1.1) 小松菜(44) たまねぎ(33) トマト(44) 料理酒(2.2) うすくしよゆ(2.2) こいしよゆ(3.3) オイスターソース(5.5) チキンスープ(5.5) ②大豆(15) まぐろフレーク(5) たまねぎ(15) にんじん(5) なたね油(0.48) さとう(0.7) 食塩(0.3) カレー粉(0.1) 米酢(1.6) ③かぼちゃ(20) ブッキーニ(20) にんじん(5) 食塩(0.24) こしょう(0.01) こいしよゆ(0.4) うすくしよゆ(1.84) 料理酒(0.8) チキンスープ(15) ④パインゼリー1個(50)	①鶏肉(66) 料理酒(1.21) こいしよゆ(1.98) ごま油(0.55) 板こんにやく(33) にんじん(22) ピーマン(16.5) たけのこ(缶)(19.8) 干しいたけ(1.32) しょうが(1.1) にんにく(0.66) なたね油(0.88) さとう(1.76) こいしよゆ(2.09) うすくしよゆ(1.54) トウバンジャン(0.11) 片くり粉(1.32) 米酢(0.55) ②大根葉(60) キャベツ(30) さとう(1) ごま油(1) うすくしよゆ(3.3) 米酢(1.5) ③鶏卵(20) たまねぎ(20) にんじん(5) クラムソー(缶)(25) 食塩(0.2) こしょう(0.01) うすくしよゆ(1.84) 片くり粉(0.8) けずりぶし(1.9)	①はもの(72) 料理酒(2.59) 片くり粉(7.2) なたね油(揚げ物用)(3.6) 梅干し(2.88) さとう(2.59) 本みりん(2.88) こいしよゆ(2.88) ②賀茂なす(50) なたね油(2) いりごま(1) 赤みそ(3) さとう(2) 料理酒(0.8) 本みりん(1.6) 片くり粉(0.15) ③ゆば(5) たまねぎ(15) にんじん(5) 干しいたけ(0.3) みつば(5) だし昆布(0.8) けずりぶし(1) 料理酒(0.8) 食塩(0.1) うすくしよゆ(2.4) ④くさわかめ(15) 豚肉(15) 料理酒(0.9) こいしよゆ(3) 三温糖(2) けずりぶし(0.5)	①鶏ひき肉(36) 万歳とうがらし(18) なたね油(0.6) なす(42) なたね油(2.4) たまねぎ(24) にんじん(6) しょうが(0.6) なたね油(0.6) さとう(0.72) 本みりん(3.96) 料理酒(3.96) 食塩(0.48) こいしよゆ(2.4) うすくしよゆ(4.8) 片くり粉(5.4) けずりぶし(1.2) ②ひじき(2) 大根葉(50) なたね油(0.5) いりごま(4) 花かつお(0.4) さとう(0.4) こいしよゆ(3) 本みりん(1) ③切り身(2) キャベツ(15) 青ねぎ(5) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④高野豆腐(4.2) にんじん(3) たまねぎ(6) 鶏卵(17) 片くり粉(0.3) さとう(1.62) うすくしよゆ(2.1) けずりぶし(0.42)	①豚肉(42) ガリックパウダー(0.12) こしょう(0.01) かぼちゃ(36) たまねぎ(66) にんじん(12) なす(24) ホールトマト(缶)(30) 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) パーベキューソース(9.6) ウスターソース(2.4) 食塩(0.6) オールスパイス(0.03) こいしよゆ(2.04) ローリエ(0.01) ②ひじき(3) にんじん(10) さとう(0.2) うすくしよゆ(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) うすくしよゆ(2) 米酢(2) ③牛乳プリン1個(40)	①ホキ(50) しょうが(0.32) ごま油(0.06) 三温糖(1.7) 料理酒(1.7) 赤みそ(1.3) トウバンジャン(0.02) こいしよゆ(1) ②とうがん(48) 鶏ひき肉(24) なたね油(0.4) たまねぎ(20) にんじん(8) しょうが(0.4) さとう(1.12) うすくしよゆ(3.52) けずりぶし(0.48) 片くり粉(1.6) ③鶏卵(20) 絹ごし豆腐(30) みつば(3) 食塩(0.1) うすくしよゆ(2.4) 片くり粉(0.8) だし昆布(0.8) けずりぶし(1) ④大根葉(45) 牛肉(10) なたね油(0.5) 料理酒(0.8) 洋からし(0.05) うすくしよゆ(1.7) 本みりん(0.4)
後期食		①たまねぎ・じゃがいも追加 板こんにやくなし ②ほうれん草追加	①はもの・がれい、たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②いりごま→ねりごま	②ほうれん草追加 いりごま→ねりごま ④高野豆腐→絹ごし豆腐	②すりごま→ねりごま	①たまねぎ・片くり粉追加 ④ほうれん草追加
中期食		①たまねぎ・じゃがいも追加 板こんにやくなし ②ほうれん草追加	①はもの・がれい、たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②いりごま→ねりごま	②ほうれん草追加 いりごま→ねりごま ④高野豆腐→絹ごし豆腐	②すりごま→ねりごま	①たまねぎ・片くり粉追加 ④ほうれん草追加
初期食		①たまねぎ・じゃがいも追加 板こんにやくなし ②ほうれん草追加	①はもの・がれい、たまねぎ追加 なたね油(揚げ物用)なし ②いりごま→ねりごま	②ほうれん草追加 いりごま→ねりごま ④高野豆腐→絹ごし豆腐	②すりごま→ねりごま	①たまねぎ・片くり粉追加 ④ほうれん草追加

月日	26日(水)	27日(木)	28日(金)	31日(月)
栄養量	エネルギー 860kcal、たんぱく質 37.2g	エネルギー 753kcal、たんぱく質 27.3g	エネルギー 827kcal、たんぱく質 34.9g	エネルギー 829kcal、たんぱく質 30.5g
献立	黒糖コッペパン 牛乳 ①大豆とツナのトマト煮 ②小松菜のソテー ③スープ ④チーズ(型)	麦ごはん 牛乳 ①豚肉とたまねぎのオイスターソース炒め ②キャベツとピーマンのごま炒め ③はるさめスープ	ごはん 牛乳 ①鶏肉と野菜の黒酢炒め ②ほうれん草の煮びたし ③えのきのみそ汁 ④いりじゃこ	麦ごはん 牛乳 ①ゴーヤチャンプル ②クープイリチー ③トマトのみそ汁 ④ヨーグルト
おかずの内容	①大豆(24.2) まぐろフレーク(33) たまねぎ(60.5) にんじん(11) ホールトマト(缶)(24.2) なたね油(1.1) トマトチップ(4.95) ウスターソース(2.09) 食塩(0.33) こしょう(0.01) ローリエ(0.01) ②小松菜(65) コーン(15) なたね油(0.7) 食塩(0.2) こしょう(0.01) うすくしよゆ(1.1) ③ベーコン(8) たまねぎ(20) にんじん(7) もやし(20) 食塩(0.16) こしょう(0.01) こいしよゆ(0.4) うすくしよゆ(1.84) 料理酒(0.8) チキンスープ(15) ④チーズ(型)1個(15)	①豚肉(55) 食塩(0.11) こしょう(0.01) 料理酒(1.1) たまねぎ(71.5) にんじん(11) 青ねぎ(5.5) しょうが(0.55) にんにく(0.33) なたね油(1.1) さとう(0.55) 料理酒(0.55) オイスターソース(5.5) こいしよゆ(1.1) 片くり粉(1.1) ②キャベツ(65) ピーマン(10) すりごま(4) ごま油(0.5) 食塩(0.1) こしょう(0.01) うすくしよゆ(2) ③緑豆はるさめ(6) にんじん(5) たまねぎ(15) けずりぶし(1.9) 食塩(0.1) こしょう(0.01) 料理酒(0.8) うすくしよゆ(2.4)	①鶏肉(49.5) しょうが(1.65) こいしよゆ(1.32) 片くり粉(4.95) かぼちゃ(38.5) なたね油(揚げ物用)(4.01) たまねぎ(55) にんじん(11) なたね油(1.1) さとう(2.42) こいしよゆ(3.52) 黒酢(3.3) ②油あげ(12) ほうれん草(65) にんじん(5) さとう(0.5) 本みりん(1.1) こいしよゆ(3) けずりぶし(0.2) ③たまねぎ(25) えのきだけ(10) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④しらすぼし(15) しょうが(1) 本みりん(1) 料理酒(1)	①平天(16.5) 木綿豆腐(33) ゴーヤ(16.5) にんじん(11) たまねぎ(33) もやし(16.5) 鶏卵(44) なたね油(1.65) 食塩(0.22) こしょう(0.01) うすくしよゆ(4.4) ②豚肉(10) にんじん(5) 細切こんにやく(1.5) つきこんにやく(5) 切干大根(5.5) いりごま(3) ごま油(0.5) さとう(0.8) 本みりん(2.4) 料理酒(1) うすくしよゆ(3.5) けずりぶし(0.3) ③トマト(20) たまねぎ(15) けずりぶし(1.9) 信州みそ(4) 赤みそ(2.4) ④ヨーグルト1個(80)
後期食	④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ追加	②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①なたね油(揚げ物用)なし ②油あげ→厚あげ	①片くり粉追加 ②つきこんにやくなし いりごま→ねりごま
中期食	④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ追加	②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①なたね油(揚げ物用)なし ②油あげ→厚あげ	①片くり粉追加 ②つきこんにやくなし いりごま→ねりごま
初期食	④チーズ(型)→クリームチーズ たまねぎ追加	②すりごま→ねりごま ③緑豆はるさめ→はるさめ	①なたね油(揚げ物用)なし ②油あげ→厚あげ	①片くり粉追加 ②つきこんにやくなし いりごま→ねりごま

きょうと とくべつこんだて
京都ならではの特別献立

京都は千年の都として、京野菜やゆばなどの伝統食材、それらを使った多彩な伝統料理による豊かな食文化が育まれてきました。給食を通して、そうした京都の食文化や食に対する理解を深めていけるように、本年度から京都ならではの食材や料理を用いた献立を提供する機会を充実させていきます。この特別献立は、四季を感じられるように年4回、春夏秋冬に実施する予定です。

第1弾は、祇園祭の期間でもある7月17日(金)に登場します。夏の京都ならではの献立を味わって食べましょう。

*献立表では「京」マークでお知らせします。

きょうと とくべつこんだて
京都ならではの特別献立～夏～

はもの梅肉あえ

京都では、祇園祭の時期になると旬の「はもの」がよく食べられます。そのため、祇園祭は「はもの祭り」ともいわれてきました。京都の夏に欠かせない食材です。給食では、さっぱりとした味わいの梅干しと一緒に味わいましょう。

ゆばのすまし汁

だしのうま味たっぷりのすまし汁にゆばがはかひって、まろやかな味わいです。

* 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。

* 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。

