



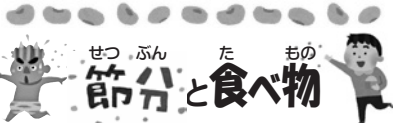
令和5年2月分
京都市立総合支援学校給食献立表
〈小学部〉



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）
栄養量	エネルギー683kcal、たんぱく質31.5g	エネルギー659kcal、たんぱく質24.7g	エネルギー740kcal、たんぱく質35.1g	エネルギー690kcal、たんぱく質29.8g
献立	麦ごはん 牛乳 ①豚肉の卵とじ ②菊菜のおかかあえ ③ふのみそ汁	ごはん 牛乳 ①厚あげとじゃがいもの煮つけ ②小松菜ともやしのごまあえ ③もすくのすまし汁	麦ごはん 牛乳 ①いわしのつくね ②煮びたし ③野菜の沢煮わん ④きなこ豆	ごはん 牛乳 ①豚肉と高野豆腐の炒め物 ②ひじきと切干大根のあえもの ③はるさめスープ
おかずの内容	① 豚 肉 (30) 鶏 卵 (55) 片 くり 粉 (2) た ま ね ぎ (45) 九 条 ね ぎ (10) さ と う (0.4) うすくちしょうゆ (4.21) けすりぶし (0.3)	① 厚 あ げ (50) 三 温 糖 (0.9) こいくちしょうゆ (1.8) けすりぶし (1) じゃがいも (50) に ん じ ん (15) た ま ね ぎ (45) 干しいたけ (0.8) 三 温 糖 (0.6) こいくちしょうゆ (1.6) うすくちしょうゆ (1.2) けすりぶし (0.2)	① いわしすり身 (35) 鶏 ひ き 肉 (25) 九 条 ね ぎ (6) し ょ う が (0.3) 片 くり 粉 (3.8) こいくちしょうゆ (0.48) 料 理 酒 (0.72) なたね油(揚げ物用) (2.1) さ と う (3) こいくちしょうゆ (4) 本 み り ん (3) 片 くり 粉 (0.5)	① 高 野 豆 腐 (9) 砂 糖 (0.5) うすくちしょうゆ (1.1) けすりぶし (0.2) 豚 肉 (40) こ し ょ う (0.01) に ん じ ん (10) 小 松 菜 (25) 干しいたけ (0.8) な た ね 油 (1) チキンスープ (10) 砂 糖 (0.5) こいくちしょうゆ (2.4) 片 くり 粉 (1)
	② 菊 菜 (春菊) (25) キ ャ ベ ツ (30) に ん じ ん (5) 花 かつ お (1) 本 み り ん (1) こいくちしょうゆ (2) だ し 昆 布 (0.2)	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) けすりぶし (0.2)	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) こいくちしょうゆ (3) けすりぶし (0.2)	② ひ じ き (25) 切 干 大 根 (3.5) に ん じ ん (5) コ ー ン (15) な た ね 油 (0.5) 砂 糖 (0.8) うすくちしょうゆ (2) けすりぶし (0.5) 砂 糖 (0.8) うすくちしょうゆ (1.5) 米 酢 (2)
	③ た ま ね ぎ (25) 切 り ふ (3) けすりぶし (1.4) み つ ば (3) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4)	③ も す く (15) た ま ね ぎ (20) けすりぶし (1) だ し 昆 布 (0.8) うすくちしょうゆ (2.4) 食 塩 (0.1)	③ ご ぼ う (15) た ま ね ぎ (10) に ん じ ん (10) は く さ い (15) けすりぶし (1.4) 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)	③ 緑豆はるさめ (6) た ま ね ぎ (25) 豆 苗 (3) けすりぶし (1.4) 料 理 酒 (0.8) 食 塩 (0.1) こ し ょ う (0.01) うすくちしょうゆ (3.04)
	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①なたね油（揚げ物用）なし	①高野豆腐→絹ごし豆腐 豚肉→豚ひき肉 ③緑豆はるさめ→はるさめ
後期食	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①なたね油（揚げ物用）なし けすりぶし	①高野豆腐→絹ごし豆腐 豚肉→豚ひき肉 ③緑豆はるさめ→はるさめ
中期食	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①なたね油（揚げ物用）なし けすりぶし	①高野豆腐→絹ごし豆腐 豚肉→豚ひき肉 ③緑豆はるさめ→はるさめ
初期食	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①なたね油（揚げ物用）なし けすりぶし	①高野豆腐→絹ごし豆腐 豚肉→豚ひき肉 ③緑豆はるさめ→はるさめ



2月3日は節分です。節分の次の日(2月4日)は立春で、暦(昔のカレンダー)の上では春の始まりの日です。厳しい冬を乗り越えた後に訪れる立春は1年の始まりの日、前日の節分は大みそかとして、とても大切な日とされてきました。そこで、節分の日には、1年の災い(病気や悪いこと)を鬼にたとえて追い払い、新年の幸せを願う習わしが伝わっています。

豆まきは、家から鬼を追い出すために、大豆を炒った「福豆」をまきます。豆まきの後には、年の数か、年の数より一つ多い数の豆を食べます。

また、節分の日には、焼いたいわしを食べ、ひいらぎの小枝にいわしの頭を刺したものを玄関に飾ります。いわしの頭を焼く時のけむりや、いわしの頭のにおい、ひいらぎのとげには、鬼を家に入れない魔よけの効果があるといわれています。

2月3日の給食には、「いわしのつみれ」と、福豆にちなんで、「きなこ豆」が登場します。きなこ豆は、大豆をみつで煮て、きなこをまぶして作ります。

2月4日から始まる新しい年がよい年になるように、願いを込めて食べましょう。

月日	7 日（火）	8 日（水）	9 日（木）	10 日（金）	13 日（月）
栄養量	エネルギー894kcal、たんぱく質33.1g	エネルギー678kcal、たんぱく質33.1g	エネルギー678kcal、たんぱく質30.3g	エネルギー672kcal、たんぱく質33.2g	エネルギー667kcal、たんぱく質27.5g
献立	バターうずまきパン 牛乳 ①スペイン風オムレツ ②野菜のごまドレッシングあえ ③冬野菜のポトフ	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉の塩こうじ焼き ②小松菜とじゃこの炒め物 ③豆乳のみそ汁 ④牛乳プリン	ごはん 牛乳 ①さばのたつた揚げ ②ごま酢あえ ③かきたま汁	①クリームスパゲティ 牛乳 ②小松菜のソテー ③コンソメスープ	麦ごはん 牛乳 ①さわらのつけ焼き ②野菜の五目酢きんぴら ③赤だし
おかずの内容	① まぐろフレーク (15) 鶏 卵 (55) 牛 乳 (10) じゃがいも (33) た ま ね ぎ (30) に ん じ ん (5) な た ね 油 (0.8) こ し ょ う (0.01) ウスターソース (3) トマトケチャップ (6)	① 鶏 肉 (60) 塩 ころ じ (4.8) こいくちしょうゆ (0.3) 料 理 酒 (0.8) 片 くり 粉 (3)	① さ ば (50) し ょ う が (1.5) 料 理 酒 (1.8) うすくちしょうゆ (2.2) 片 くり 粉 (2.5)	① スパゲティ (60) な た ね 油 (0.6) 鶏 肉 (45) ベ ー コ ン (7) た ま ね ぎ (80) に ん じ ん (13) し め じ (10) な た ね 油 (1.3) な た ね 油 (1.3) バ タ ー (3.3) 小 麦 粉 (5.5) ピザ用チーズ (10) スキムミルク (5) 生クリーム (10) 食 塩 (1) こ し ょ う (0.01)	① さ わ ら (50) 本 み り ん (0.4) 料 理 酒 (0.3) 三 温 糖 (0.3) こいくちしょうゆ (1.3) し ょ う が (0.42) 本 み り ん (1.2) 料 理 酒 (1.4) 三 温 糖 (0.7) こいくちしょうゆ (2) コーンスターチ (1)
	② ほうれん草 (20) に ん じ ん (10) キャベツ (50) 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)	② 小 松 菜 (70) し ら す ぼ し (5) 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 (1.8)	② ほうれん草 (60) も や し (20) に ん じ ん (5) す り ご ま (4) さ と う (1.1) うすくちしょうゆ (3) 米 酢 (1.6)	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) うすくちしょうゆ (1.1)	② ご ぼ う (15) に ん じ ん (10) つきこんやく (10) か ぼ ち ゃ (30) な た ね 油 (1) 料 理 酒 (0.9) 食 塩 (0.18) さ と う (2.25) こいくちしょうゆ (2.25) 米 酢 (2.7) い り ご ま (2.5) す り ご ま (1.5)
	③ フランクフルト (8) た ま ね ぎ (40) れ ん こ ん (15) だ い こ ん (40) 白 ね ぎ (10) な た ね 油 (0.8) 食 塩 (0.7) こ し ょ う (0.01) うすくちしょうゆ (1) ロ ー リ エ (0.01)	③ 油 あ げ (8) た ま ね ぎ (10) に ん じ ん (5) けすりぶし (1.4) 九 条 ね ぎ (5) 信 州 み そ (4) 赤 み そ (2.4) 豆 乳 (35)	③ 鶏 卵 (25) た ま ね ぎ (20) み つ ば (3) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4) 片 くり 粉 (0.8) けすりぶし (1) だ し 昆 布 (0.8)	③ キ ャ ベ ツ (40) た ま ね ぎ (10) 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 た ま ね ぎ (25) な め こ (10) けすりぶし (1.4) 九 条 ね ぎ (5) 豆 み そ (5.2) 信 州 み そ (1.2)
	②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 マッシュポテト ③油あげ→絹ごし豆腐	①マッシュポテト、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし こいくちしょうゆ、三温糖、本みりん、けすりぶし ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト、けすりぶし ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま
後期食	①チキンスープ ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 マッシュポテト ③油あげ→絹ごし豆腐	①マッシュポテト、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし こいくちしょうゆ、三温糖、本みりん、けすりぶし ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 チキンスープ	①マッシュポテト、けすりぶし ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま
中期食	①チキンスープ ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 マッシュポテト ③油あげ→絹ごし豆腐	①マッシュポテト、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし こいくちしょうゆ、三温糖、本みりん、けすりぶし ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 チキンスープ	①マッシュポテト、けすりぶし ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま
初期食	①チキンスープ ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 マッシュポテト ③油あげ→絹ごし豆腐	①マッシュポテト、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし こいくちしょうゆ、三温糖、本みりん、けすりぶし ②すりごま→ねりごま	①鶏肉→鶏ひき肉 チキンスープ	①マッシュポテト、けすりぶし ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま





月日	14 日（火）	15 日（水）	16 日（木）	17 日（金）	20 日（月）
栄養量	エネルギー784kcal、たんぱく質27.8g	エネルギー642kcal、たんぱく質25.4g	エネルギー673kcal、たんぱく質28.6g	エネルギー588kcal、たんぱく質28.4g	エネルギー674kcal、たんぱく質31g
献立	ごはん 牛乳 ①ポークストロガノフ ②野菜のフレンチソースあえ ③ガトーショコラ	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉と大豆のみそ炒め ②ナムル ③ビーフンの中華スープ	ごはん 牛乳 ①厚あげのチャンプル ②ひじきの炒り煮 ③みぞれ汁	麦ごはん 牛乳 ①かれいの煮つけ ②白菜とベーコンの煮びたし ③とうふのみそ汁	ごはん 牛乳 ①鶏肉の南蛮漬け ②切干大根の煮つけ ③ほうれん草のすまし汁
おかずの内容	① 豚 肉 (50) たまねぎ (80) にんじん (15) エリンギ (15) なたね油 (1) 小麦粉 (5) ローリエ (0.01) 食 塩 (0.4) こしょう (0.01) パーキュース (10) トマトケチャップ (10) ウスターソース (1.5) こいくちしょうゆ (0.8) サワークリーム (5)	① 鶏 肉 (25) こいくちしょうゆ (1.17) 料 理 酒 (1.17) 大 豆 (15) チンゲン菜 (35) にんじん (15) しょうが (0.5) にんにく (0.5) なたね油 (1) 料 理 酒 (1.62) さ と う (0.97) こいくちしょうゆ (1.62) コチジャン (0.81) 赤 み そ (2.84)	① 厚 あ げ (30) 三 温 糖 (0.54) こいくちしょうゆ (1.08) けずりぶし (0.6) 豚 肉 (20) にんじん (5) キャベツ (50) も や し (20) 鶏 卵 (25) なたね油 (1.5) 食 塩 (0.18) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (2.7)	① か れ い (50) 三 温 糖 (0.5) 料 理 酒 (1.25) こいくちしょうゆ (0.95)	① 鶏 肉 (60) 食 塩 (0.1) こ しょう (0.01) 料 理 酒 (1) 片 くり 粉 (3) なたね油(揚げ物用) (3) たまねぎ (15) にんじん (5) 九条ねぎ (3) さ と う (1.45) こいくちしょうゆ (2.7) 米 酢 (2.7)
	② キャベツ (45) ブロッコリー (15) 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)	② 切干大根 (5) にんじん (5) けずりぶし (0.3) さ と う (0.65) うすくちしょうゆ (1.35) わ か め (5) 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 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 (3.84) けずりぶし (0.96)	② は く さい (60) 大 根 葉 (25) ベーコン (5) うすくちしょうゆ (3) けずりぶし (0.8)	② 切干大根 (6) 油 あ げ (10) にんじん (5) 三 温 糖 (1.44) うすくちしょうゆ (3.6) けずりぶし (2.4)
	③ ガトーショコラ 1個 (30)	③ ビーフン (6) たまねぎ (25) しょうが (0.4) 豆 苗 (3) チキンスープ (15) 食 塩 (0.24) こいくちしょうゆ (0.4) うすくちしょうゆ (1.84)	③ 平 天 (8) だいこん (40) えのきだけ (5) けずりぶし (1.4) み つ ば (3) 本 み り ん (0.48) 食 塩 (0.05) うすくちしょうゆ (2.5) 片 くり 粉 (1.36)	③ 絹ごし豆腐 (30) 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)	③ たまねぎ (20) ほうれん草 (15) えのきだけ (5) 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)
後期食	①豚肉→豚ひき肉	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉	①マッシュポテト、けずりぶし ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉 なたね油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ③豆乳	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉	①マッシュポテト、けずりぶし ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉 なたね油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ③豆乳	①鶏肉→鶏ひき肉	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉	①マッシュポテト、けずりぶし ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉 なたね油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ

月日	21 日（火）	22 日（水）	24 日（金）	27 日（月）	28 日（火）
栄養量	エネルギー629kcal、たんぱく質28.9g	エネルギー881kcal、たんぱく質34.5g	エネルギー678kcal、たんぱく質28.1g	エネルギー647kcal、たんぱく質24.5g	エネルギー711kcal、たんぱく質32.8g
献立	麦ごはん 牛乳 ①たちうおのピリカラみそ焼き ②小松菜とひじきの炒め物 ③のっぺい汁	味つけコッペパン 牛乳 ①厚あげのミートソース煮 ②ほうれん草のソテー ③オニオンスープ ④パインゼリー	ごはん 牛乳 ①筑前煮 ②小松菜と卵の炒め物 ③なめこにゅうめん	麦ごはん 牛乳 ①マーボだいこん ②大根葉とにんじんのごま油炒め ③わかめと卵のスープ	黒糖コッペパン 牛乳 ①ホキのチーズパン粉焼き ②ひじきのごまサラダ ③キャベツのスープ
おかずの内容	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 厚 あ げ (50) けずりぶし (1) 三 温 糖 (0.9) こいくちしょうゆ (1.8) 豚ひき肉 (20) たまねぎ (50) にんじん (6) エリンギ (9) なたね油 (0.7) 小麦粉 (1.8) トマトケチャップ (15) トマトピューレ (4) ウスターソース (3) 食 塩 (0.05) こしょう (0.01) ピザ用チーズ (7.5)	① 鶏 肉 (35) ち く わ (15) にんじん (10) ご ぼ う (25) れんこん (20) 板こんにゃく (10) なたね油 (1) 三 温 糖 (0.6) 本 み り ん (1.6) こいくちしょうゆ (3)	① 豚ひき肉 (30) だいこん (70) たまねぎ (20) にんじん (10) 干しいたけ (0.8) 九条ねぎ (5) しょうが (1) なたね油 (1) 赤 み そ (4.5) さ と う (0.45) 本 み り ん (0.9) 料 理 酒 (0.9) トウバンジャン (0.09) こいくちしょうゆ (2.7) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) 片 くり 粉 (2)	① ホ キ (50) 料 理 酒 (2) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) 粉 チーズ (5) パ ン 粉 (3) なたね油 (1)
	② ひ じ き (2) 小 松 菜 (50) なたね油 (0.5) いりごま (4) 花かつお (0.4) さ と う (0.4) こいくちしょうゆ (3) 本 み り ん (1)	② ほうれん草 (70) にんじん (10) 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 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 (2) なたね油 (1)	② 大 根 葉 (40) にんじん (10) ご ま 油 (0.5) 食 塩 (0.18) うすくちしょうゆ (1.35) 本 み り ん (0.99) 料 理 酒 (0.45)	② ひ じ き (3) にんじん (10) けずりぶし (0.8) さ と う (0.2) うすくちしょうゆ (1) 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)
	③ 里 い も (15) だいこん (15) ご ぼ う (15) にんじん (5) けずりぶし (1.4) み つ ば (5) うすくちしょうゆ (2.8) こいくちしょうゆ (0.8) 片 くり 粉 (1.2)	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 そうめん (10) たまねぎ (35) な め こ (10) にんじん (5) 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) 本 み り ん (0.24)	③ 鶏 卵 (25) わ か め (3) たまねぎ (10) チキンスープ (15) 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)	③ キャベツ (40) たまねぎ (10) も や し (10) 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)
後期食	①マッシュポテト、けずりぶし ②いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉 板こんにゃくなし	②ほうれん草	①たまねぎ、片くり粉、うすくちしょうゆ パン粉なし、なたね油なし ②すりごま→ねりごま
中期食	①マッシュポテト、けずりぶし ②いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉 板こんにゃくなし	②ほうれん草	①たまねぎ、片くり粉、うすくちしょうゆ パン粉なし、なたね油なし、けずりぶし ②すりごま→ねりごま
初期食	①マッシュポテト、けずりぶし ②いりごま→ねりごま		①鶏肉→鶏ひき肉 板こんにゃくなし	②ほうれん草	①たまねぎ、片くり粉、うすくちしょうゆ パン粉なし、なたね油なし、けずりぶし ②すりごま→ねりごま

*栄養量は、高学年(5、6年)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。
中学年(3、4年)は高学年より1割、低学年(1、2年)は高学年より2割程度少なくなります。

この印刷物が不要になれば
「雑がみ」として古紙回収等へ！

*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、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。