



令和7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	3 日 (月)	4 日 (火)	5 日 (水)
栄養量	エネルギー652kcal、たんぱく質33.8g	エネルギー647kcal、たんぱく質27.6g	エネルギー788kcal、たんぱく質33.7g
献立	①クリームスパゲティ 牛乳 ②ほうれん草のソテー ③コンソメスープ	ごはん 牛乳 ①牛肉と大豆のみそ炒め ②切干大根の三杯酢 ③かまぼこのすまし汁	黒糖コッペパン 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スープ
おかずの内容	① スパゲティ (60) たたね油 (0.6) 鶏肉 (50) たまねぎ (80) にんじん (13) しめじ (10) たたね油 (1.3) たたね油 (1.3) バター (3.3) 小麦粉 (5.5) ピザ用チーズ (10) スkimミルク (5) 生クリーム (10) 食塩 (1.1) こしょう (0.01) ② ほうれん草 (65) コーン (10) にんじん (5) たたね油 (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 (20) だいこん (30) 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 牛 肉 (25) こいくちしょうゆ (1.17) 料理酒 (1.17) 大 豆 (15) 小 松 菜 (30) にんじん (10) エリンギ (10) しょうが (0.5) にんにく (0.5) たたね油 (1) 赤 み そ (2.84) さ と う (0.97) 料理酒 (1.62) こいくちしょうゆ (1.62) ② 切干大根 (5) にんじん (10) 細切ごんぶ (0.2) さ と う (0.72) うすくちしょうゆ (1.5) けずりぶし (0.2) さ と う (0.45) うすくちしょうゆ (0.9) こいくちしょうゆ (0.45) 米 酢 (1.8) ③ かまぼこ (10) はくさい (20) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) 食塩 (0.08) うすくちしょうゆ (2)	① 豚ひき肉 (15) 鶏 卵 (55) 牛 乳 (10) たまねぎ (35) じゃがいも (33) たたね油 (0.8) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) 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 (60) にんじん (10) まぐろフレーク (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) たたね油 (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鶏肉→鶏ひき肉	①牛肉→牛ひき肉	②すりごま→ねりごま
中期食	①チキンスープ、鶏肉→鶏ひき肉	①牛肉→牛ひき肉	①チキンスープ ②すりごま→ねりごま
初期食	①チキンスープ、鶏肉→鶏ひき肉	①牛肉→牛ひき肉	①チキンスープ ②すりごま→ねりごま

さむ
寒さに負けない
なべ
オリジナルのお鍋を考えよう！

冬野菜は、寒くて厳しい環境の中で育つため、甘みがあり、健康を守るのに欠かせないビタミンAやビタミンCを多く含んでいます。体の免疫力を高める冬が旬の食べ物を使って、寒さに負けないオリジナルのお鍋を考えてみましょう。

自由に食材を選んで、お鍋に矢印で入れてみよう！

白 菜

白 ねぎ

だいこん
大根

だいこん
大根葉

ブロッコリー

ごぼう

れんこん

ほうれん草

人参

小松菜

菊 菜 (春菊)

お肉や豆腐、冬が旬のタラや鮭などの魚を入れるとビタミンとうま味がアップ!!
給食で使用している食材で、お鍋に合いそうなものはあるかな？

月日	6 日 (木)	7 日 (金)	10 日 (月)	12 日 (水)	13 日 (木)
栄養量	エネルギー644kcal、たんぱく質28.3g	エネルギー710kcal、たんぱく質31.2g	エネルギー649kcal、たんぱく質29g	エネルギー794kcal、たんぱく質34g	エネルギー625kcal、たんぱく質24.3g
献立	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉のすき煮 ②ひじきの炒り煮 ③のっぺい汁	ごはん 牛乳 ①あげたま煮 ②菊菜のおかかあえ ③赤だし	麦ごはん 牛乳 ①厚あげのカレーあんかけ ②ほうれん草と白菜の土佐酢あえ ③ふのすまし汁	ごはん 牛乳 ①あじフライのタルタルソースかけ ②小松菜の煮びたし ③豚汁	麦ごはん 牛乳 ①じゃがいものそぼろ煮 ②大根菜ともやしのごまあえ ③わかめのすまし汁
おかずの内容	① 鶏 肉 (40) たまねぎ (45) ご ぼ う (15) 焼き豆腐 (45) 白 ね ぎ (10) たたね油 (1) 料 理 酒 (1) さ と う (1.6) こいくちしょうゆ (5) ② ひ じ き (4) にんじん (5) たたね油 (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 里 い も (15) だいこん (20) たまねぎ (15) にんじん (5) けずりぶし (1.9) 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)	① 油 あ げ (25) さ と う (0.9) うすくちしょうゆ (2.1) けずりぶし (0.2) 鶏 卵 (50) 片くり粉 (2.2) たまねぎ (30) にんじん (10) うすくちしょうゆ (3.1) けずりぶし (0.4) ② 菊菜(春菊) (25) 大 根 菜 (35) 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) ③ たまねぎ (25) な め こ (10) 青 ね ぎ (5) けずりぶし (1.9) 豆 み そ (5.2) 信州みそ (1.2)	① 厚 あ げ (50) 三 温 糖 (0.9) こいくちしょうゆ (1.8) けずりぶし (1) 鶏 肉 (20) 青 ね ぎ (10) たまねぎ (30) 干しいたけ (1) カレー粉 (0.36) さ と う (1.71) うすくちしょうゆ (3.24) 片くり粉 (2.2) けずりぶし (0.8) ② ほうれん草 (60) はくさい (25) にんじん (5) 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 切 り ふ (2) たまねぎ (25) にんじん (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)	① あ じ (50) 料 理 酒 (2) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) 小 麦 粉 (9) パ ン 粉 (10) 鶏 卵 (10) たたね油 (0.6) たまねぎ (10) マヨネーズソース (10) さ と う (0.5) 米 酢 (1) ② 小 松 菜 (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 豚 肉 (15) たまねぎ (20) ご ぼ う (8) さつまいも (20) にんじん (5) けずりぶし (1.9) 青 ね ぎ (5) 赤 み そ (6.4)	① 鶏ひき肉 (25) しょうが (0.3) じゃがいも (60) たまねぎ (50) 糸こんにゃく (15) たたね油 (1) 料 理 酒 (1) さ と う (1) こいくちしょうゆ (4.1) 片くり粉 (0.5) ② 大 根 菜 (65) も や し (20) 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 たまねぎ (20) にんじん (5) わ か め (3) 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)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉	①片くり粉、小麦粉なし、パン粉なし ③豚肉→豚ひき肉	①糸こんにゃくなし ②ほうれん草、すりごまなし
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉	①片くり粉、小麦粉なし、パン粉なし ③豚肉→豚ひき肉	①糸こんにゃくなし ②ほうれん草、すりごまなし
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉	①油あげ→厚あげ ②ほうれん草	①鶏肉→鶏ひき肉	①片くり粉、小麦粉なし、パン粉なし ③豚肉→豚ひき肉	①糸こんにゃくなし ②ほうれん草、すりごまなし

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	14 日（金）	17 日（月）	18 日（火）	19 日（水）	20 日（木）
栄養量	エネルギー753kcal、たんぱく質24.9g	エネルギー703kcal、たんぱく質29.6g	エネルギー579kcal、たんぱく質23.6g	エネルギー662kcal、たんぱく質28.3g	エネルギー687kcal、たんぱく質31.4g
献立	ごはん 牛乳 ①ハッシュドポーク ②カリフラワーのピクルス ③パインゼリー	麦ごはん 牛乳 ①マーボ豆腐 ②ほうれん草ともやしのナムル ③中華コーンスープ	ごはん 牛乳 ①たちうおのレモン焼き ②白菜の煮つけ ③小松菜の吉野汁	麦ごはん 牛乳 ①鶏肉の南蛮漬け ②大根葉ともやしの炒め物 ③もずくのすまし汁	ごはん 牛乳 ①豚肉と白菜のしょうが煮 ②にんじんしりしり ③じゃがいものみそ汁
おかずの内容	① 豚 肉 (45) たまねぎ (70) にんじん (12) ホールトマト(缶) (12) なたね油 (0.9) なたね油 (1.2) バター (7) 小麦粉 (10) ローリエ (0.01) 食 塩 (0.7) こしょう (0.01) パーキューソース (7.5) ウスターソース (2.8) こいくちしょうゆ (1.3)	① と う ぶ (70) 豚ひき肉 (23) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) たまねぎ (35) 青 ね ぎ (5) しょうが (0.7) ご ま 油 (0.9) さ と う (0.7) 赤 み そ (4) 料 理 酒 (0.9) トウバンジャン (0.08) こいくちしょうゆ (2.5) 片 くり 粉 (1.8)	① たちうお濃粉付 (25) な た ね 油 (0.5) こいくちしょうゆ (1.8) 料 理 酒 (1.8) 本 み り ん (1.8) さ と う (0.27) レモン(果汁) (1.35)	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) (3.6) たまねぎ (20) 赤ピーマン (5) さ と う (1.45) こいくちしょうゆ (2.7) 米 酢 (2.7)	① 豚 肉 (60) うすくちしょうゆ (1.1) 料 理 酒 (1.4) しょうが (1.5) たまねぎ (20) はくさい (35) なたね油 (0.7) 三 温 糖 (1.4) こいくちしょうゆ (2.7)
	② カリフラワー (30) キャベツ (15) 赤ピーマン (7.5) さ と う (3.6) 米 酢 (5.4) 食 塩 (0.54) ローリエ (0.01)	② ほうれん草 (70) も や し (15) にんじん (5) さ と う (1) ご ま 油 (1) うすくちしょうゆ (3.3) 米 酢 (1.5)	② はくさい (100) 油 あ げ (10) うすくちしょうゆ (4) けずりぶし (1)	② 大 根 葉 (65) にんじん (10) も や し (15) すりごま (4.5) ご ま 油 (1) さ と う (1) うすくちしょうゆ (2.8)	② にんじん (30) まぐろフレーク (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 パインゼリー 1個 (50)	③ 鶏 卵 (25) たまねぎ (20) クリームコン(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 (10) たまねぎ (20) けずりぶし (1.9) 本 み り ん (0.48) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4) 片 くり 粉 (1.6)	③ も ず く (15) たまねぎ (18) 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)	③ じゃがいも (20) たまねぎ (15) だいこん (10) けずりぶし (1.9) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4)
後期食	①豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト、けずりぶし ②油あげ→厚あげ	①鶏肉→鶏ひき肉、なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草、すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉
中期食	①豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト、けずりぶし ②油あげ→厚あげ	①鶏肉→鶏ひき肉、なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草、すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉
初期食	①豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト、けずりぶし ②油あげ→厚あげ	①鶏肉→鶏ひき肉、なたね油(揚げ物用)なし ②ほうれん草、すりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉

月日	21 日（金）	25 日（火）	26 日（水）	27 日（木）	28 日（金）
栄養量	エネルギー666kcal、たんぱく質27.6g	エネルギー730kcal、たんぱく質30.4g	エネルギー701kcal、たんぱく質27.6g	エネルギー628kcal、たんぱく質25.6g	エネルギー775kcal、たんぱく質34.4g
献立	麦ごはん 牛乳 ①筑前煮 ②ほうれん草と切干大根のごまあえ ③にゅうめん	ごはん 牛乳 ①ツナそぼろ丼の具 ②ひじきのごまサラダ ③豆乳のみそ汁	コッペパン 牛乳 ①カレーパンの具 ②小松菜のソテー ③冬野菜のポトフ	麦ごはん 牛乳 ①さばのたつた揚げ ②大根葉とにんじんのごま油炒め ③野菜の沢煮わん	ごはん 牛乳 ①厚あげのごまみそそぼろ ②野菜の五目酢きんぴら ③かきたま汁
おかずの内容	① 鶏 肉 (35) ち く わ (10) にんじん (10) ご ぼ う (20) 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 (3.5)	① まぐろフレーク (30) たまねぎ (15) にんじん (10) しょうが (0.6) なたね油 (0.4) 三 温 糖 (1.4) 本 み り ん (1.6) 料 理 酒 (0.9) こいくちしょうゆ (3) 鶏 卵 (30) けずりぶし (0.1) 片 くり 粉 (0.3) 食 塩 (0.1) なたね油 (0.7)	① 牛 ひ き 肉 (18) 豚ひき肉 (18) たまねぎ (48) にんじん (12) しょうが (0.24) なたね油 (1.2) カレー粉 (0.3) こいくちしょうゆ (0.72) トマトケチャップ (3.6) ウスターソース (3.6) 食 塩 (0.12) こしょう (0.01) ガーリックパウダー (0.1) 片 くり 粉 (1.2)	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 厚 あ げ (50) 三 温 糖 (0.9) こいくちしょうゆ (1.8) けずりぶし (1) 鶏ひき肉 (30) しょうが (0.3) じゃがいも (30) にんじん (10) なたね油 (1) 三 温 糖 (1.6) 料 理 酒 (0.7) うすくちしょうゆ (0.9) 信州みそ (4) すりごま (3.5) ねりごま (2.5) けずりぶし (0.3)
	② 切干大根 (4) 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) ほうれん草 (55) 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)	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) ほうれん草 (30) すりごま (4) さ と う (0.8) うすくちしょうゆ (2) 米 酢 (2)	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 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 ご ぼ う (10) れ ん こ ん (15) にんじん (10) つきこんにゃく (10) かぼちゃ (20) なたね油 (1) 料 理 酒 (0.9) 食 塩 (0.15) さ と う (2.25) こいくちしょうゆ (2.25) 米 酢 (2.7)
	③ そうめん (10) たまねぎ (15) にんじん (3) うすくちしょうゆ (2.4) 食 塩 (0.1) 本 み り ん (0.24) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8)	③ し め じ (5) れ ん こ ん (10) 油 あ げ (5) 青 ね ぎ (5) けずりぶし (1.9) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4) 豆 乳 (35)	③ じゃがいも (18) たまねぎ (40) にんじん (15) だいこん (30) 白 ね ぎ (10) なたね油 (0.8) 食 塩 (0.78) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (1) ロ ー リ エ (0.01) チキンスープ (10)	③ たまねぎ (25) にんじん (5) はくさい (15) み つ ば (3) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8) 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)	③ 鶏 卵 (30) 小 松 菜 (20) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.4) 片 くり 粉 (0.8) けずりぶし (1) だし昆布 (0.8)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごまなし	①食塩なし ②すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐		①たまねぎ ②ほうれん草	①すりごまなし ②つきこんにゃくなし
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごまなし	①食塩なし ②すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐	①チキンスープ	①たまねぎ、けずりぶし ②ほうれん草	①すりごまなし ②つきこんにゃくなし
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉、板こんにゃくなし ②すりごまなし	①食塩なし ②すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐	①チキンスープ	①たまねぎ、けずりぶし ②ほうれん草	①すりごまなし ②つきこんにゃくなし

*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。

*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。

