



2022年1月

特別支援学校給食献立表(小学部)

福岡市教育委員会

日	曜	献立名			おもな材料			栄養量					
		パン または ごはん	牛 乳	そえもの	お か ず	赤の仲間 血や肉、骨をつくる	黄色の仲間 熱やカのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)		
11	火	麦ごはん	○		福岡産ぶりの照り焼き が め 煮	牛乳、ぶり、鶏肉	精白米、白麦、 砂糖、でん粉、 さといも、菜種油	しょうが、こんにゃく、 にんじん、ごぼう、 干しいたけ、 れんこん、さやいんげん	604	31.9	20.0		
12	水	ぶどう パン	○	中濃ソース	コロッ ケ ク リ ー ム ス ー プ コ コ ア	牛乳、ベーコン、 脱脂粉乳	ぶどうパン、野菜コロッケ (じゃがいも、たまねぎ、 パン粉、にんじん、糖類、 菜種油、バターミックス)、 菜種油、マカロニ、バター、 小麦粉、ココア(糖類、ココア)	にんじん、たまねぎ、 ごまつな	601	18.3	21.1		
13	木	麦ごはん	○		麻 婆 じ ゃ が 甘 酢 あ え	牛乳、豚肉、 だいず、赤だしみそ、 油揚げ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、ごま油、 でん粉、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、青ねぎ、 しょうが、にんにく、 キャベツ、きゅうり	524	19.3	15.5		
14	金	背割 ミルク パン	○		ウ イ ン ナ ー ソ ー テ ー コ ン ソ メ ス ー プ キ ャ ベ ツ の レ モ ン 酢 あ え	牛乳、 ウインナーソーセージ (豚肉、食用油脂、 豚レバー、でん粉、 糖類)、鶏肉	背割りミルクパン、 砂糖、でん粉、 菜種油	にんじん、たまねぎ、 だいこん、セロリー、 パセリ、キャベツ、 レモン果汁	546	25.1	25.3		
17	月	麦ごはん	○		大 豆 の 大 和 煮 大 根 の あ え も の ヨ ー グ ル ト	牛乳、牛肉、 だいず、しらす干し、 ヨーグルト(牛乳、 糖類、脱脂粉乳、 バター、乳清、寒天)	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 白ごま	にんじん、ごぼう、 さやいんげん、 干しいたけ、 こんにゃく、しょうが、 だいこん、きゅうり	536	22.5	15.0		
18	火	ワンローフ型 食パン	○	ビーンズ スプレッド	オ ム レ ツ デミグラスソースかけ ト マ ト ス ー プ 煮	牛乳、オムレツ (鶏卵、糖類、 だいず油)、鶏肉	ワンローフ型食パン、 ビーンズスプレッド、 砂糖、でん粉、 じゃがいも、菜種油	にんじん、 トマト、たまねぎ、 セロリー、えだまめ、 にんにく	618	28.7	26.8		
19	水	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○	のりかつお ふりかけ 二杯酢	シ ュ ウ マ イ 中 華 野 菜 炒 め	牛乳、のりかつおふりかけ、 ひじきシュウマイ(鶏肉、 たまねぎ、パン粉、ひじき、 でん粉、ごぼう、にんじん、 糖類、油揚げ、小麦)、 てんぷら	精白米、白麦、 菜種油、ごま油	にんじん、 さやいんげん、 たまねぎ、キャベツ、 たけのこ、きくらげ、 しょうが、にんにく	556	20.7	17.7		
20	木	黒糖パン	○		豚 肉 の マ リ ネ 焼 き 冬 野 菜 の ク リ ー ム 煮 バ イ ン & ビ ー チ	牛乳、豚肉、 鶏肉、脱脂粉乳、 チーズ	黒糖パン、 でん粉、砂糖、 菜種油、さつまいも、 バター、小麦粉	たまねぎ、しょうが、 かぶ、にんじん、 はくさい、ブロッコリー、 黄桃、パインアップル	634	30.3	20.3		
21	金	麦ごはん (減量)	○		か れ い フ ラ イ ・ 甘 酢 あ ん かけ み そ 煮 込 み う どん	牛乳、かれいフライ (かれい、バターミックス、 パン粉)、鶏肉、 かまぼこ、油揚げ、 麦みそ、米みそ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、うどん	にんじん、はくさい、 青ねぎ	549	26.0	15.1		
24	月	麦ごはん	○		ビ ー フ カ レ ー ほうれんそうとコーンのソテー ぼ ん か ん	牛乳、牛肉、 脱脂粉乳、チーズ、 ロースハム	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、 にんにく、 ほうれんそう、 コーン、キャベツ、 もやし、ぼんかん	576	20.0	15.4		
25	火	かやく ご飯	○		さ ば の ご ま だ れ け け わ か め ス ー プ	牛乳、鶏肉、 しらす干し、さば、 豆腐、わかめ、 かまぼこ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 白ごま、でん粉	にんじん、ごぼう、 干しいたけ、 しょうが、ごまつな	610	29.1	24.8		
26	水	ミルク クレセント ロールパン	○		鶏 肉 の ト マ ト ク リ ー ム ソ ー ス 焼 き ポ ト あ ま お う タ ル ト	牛乳、鶏肉、 チーズ、生クリーム、 ベーコン	ミルククレセントロールパン、 でん粉、菜種油、 あまおうタルト(小麦、 糖類、豆乳、マーガリン、 いちご、だいず油、米粉)	トマト、パセリ、 かぶ、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、 セロリー、えだまめ	643	31.5	25.1		
27	木	麦ごはん	○	姪浜のり梅 ふりかけ	レバ ー と じ ゃ が い も の 甘 み そ か ら め け ん ち ん 汁	牛乳、姪浜のり梅ふりかけ、 鶏レバー(鶏レバー、 でん粉、糖類、にんにく、 しょうが)、米みそ、豆腐、 油揚げ	精白米、白麦、 じゃがいも、 菜種油、砂糖、 さといも、でん粉	こんにゃく、にんじん、 だいこん、ごぼう、 干しいたけ、青ねぎ	520	19.6	15.0		
28	金	チーズ パン	○		ス バ ゲ ッ テ ィ ナ ポ リ タ ン ア ー モ ン ド ド レ ッ シ ン グ サ ラ ダ	牛乳、豚肉、 ベーコン	チーズパン、 スバゲッティ、 バター、アーモンド、 砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、 パセリ、マッシュルーム、 にんにく、トマト、 キャベツ、きゅうり	573	22.2	19.0		
31	月	麦ごはん	○		揚 げ 魚 の レ モ ン 風 味 み そ お で ん	牛乳、ホキ天ぷら (ホキ、小麦、でん粉、 植物油、米粉)、 鶏肉、かまぼこ、 うずら卵、赤だしみそ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 さといも	レモン果汁、 こんにゃく	594	27.7	20.4		
* 材料入荷の都合により、献立の内容を一部変更することがあります。								1月分平均栄養量			579	24.9	19.8

* 食物アレルギー、糖尿病などの食事のコントロールを必要とするお子様については、献立表の食材料、栄養量を参考にしてください。
* 食物アレルギー等に対応する情報提供として、「使用する加工食品をより詳しく記した表」を別途作成しています。ご利用の方は学校にお申し出ください。



2022年1月

特別支援学校給食献立表(中・高等部)

福岡市教育委員会

日	曜	献立名				おもな材料			栄養量																	
		パン または ごはん	牛乳	そえもの	お	か	ず	赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間	エネルギー	たんぱく質	脂肪													
								血や肉、骨をつくる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	(kcal)	(g)	(g)													
11	火	麦ごはん	○		福岡産ぶりの照り焼き	が	め	煮	牛乳、ぶり、鶏肉	精白米、白麦、砂糖、でん粉、さといも、菜種油	しょうが、こんにゃく、にんじん、ごぼう、干しいたけ、れんこん、さやいんげん	718	36.2	20.5												
12	水	ぶどうパン	○	中濃ソース	コロッケ	ク	リ	ーム	ス	ー	ブ	コ	コ	ア	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳	ぶどうパン、野菜コロッケ(じゃがいも、たまねぎ、パン粉、にんじん、糖類、菜種油、バター・ミックス)、菜種油、マカロニ、バター、小麦粉、ココア(糖類、ココア)	にんじん、たまねぎ、ごまつな	690	21.1	23.9						
13	木	麦ごはん	○		麻婆じゃが	甘	酢	あ	え	牛乳、豚肉、だいず、赤だしみそ、油揚げ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖、ごま油、でん粉、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、干しいたけ、青ねぎ、しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり	669	23.9	17.9											
14	金	背割りミルクパン	○		ウインナーソーテー	コ	ン	ソ	メ	ス	ー	ブ	キャベツのレモン酢あえ	牛乳、ウインナーソーセージ(豚肉、食用油脂、豚レバー、でん粉、糖類)、鶏肉	背割りミルクパン、砂糖、でん粉、菜種油	にんじん、たまねぎ、だいこん、セロリー、パセリ、キャベツ、レモン果汁	734	33.0	34.0							
17	月	麦ごはん	○		大豆の大和煮	大	根	の	あ	え	も	の	ヨ	ー	グ	ル	ト	牛乳、牛肉、だいず、しらす干し、ヨーグルト(牛乳、糖類、脱脂粉乳、バター、乳清、寒天)	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま	にんじん、ごぼう、さやいんげん、干しいたけ、こんにゃく、しょうが、だいこん、きゅうり	700	28.8	17.5			
18	火	ワンローフ型食パン	○	ビーンズスプレッド	オムレツ	デ	ミ	グ	ラ	ス	ソ	ー	ス	ト	マ	ト	ス	ー	ブ	煮	牛乳、オムレツ(鶏卵、糖類、だいず油)、鶏肉	ワンローフ型食パン、ビーンズスプレッド、砂糖、でん粉、じゃがいも、菜種油	にんじん、トマト、たまねぎ、セロリー、えだまめ、にんにく	743	34.5	28.9
19	水	麦ごはん(ヒノヒカリ)	○	のりかつおふりかけ 二杯酢	シ	ュ	ウ	マ	イ	牛乳、のりかつおふりかけ、ひじきシュウマイ(鶏肉、たまねぎ、パン粉、ひじき、でん粉、ごぼう、にんじん、糖類、油揚げ、小麦)、てんぷら	精白米、白麦、菜種油、ごま油	にんじん、さやいんげん、たまねぎ、キャベツ、たけのこ、きくらげ、しょうが、にんにく	677	23.6	18.2											
20	木	黒糖パン	○		豚肉のマリネ焼き	冬	野	菜	の	ク	リ	ーム	煮	パ	イ	ン	&	ピ	ー	チ	牛乳、豚肉、鶏肉、脱脂粉乳、チーズ	黒糖パン、でん粉、砂糖、菜種油、さつまいも、バター、小麦粉	たまねぎ、しょうが、かぶ、にんじん、はくさい、ブロッコリー、黄桃、パインアップル	765	37.5	24.3
21	金	麦ごはん(減量)	○		かれいフライ・甘酢あんかけ	み	そ	煮	込	み	う	ど	ん	牛乳、かれいフライ(かれい、バター・ミックス、パン粉)、鶏肉、かまぼこ、油揚げ、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、でん粉、うどん	にんじん、はくさい、青ねぎ	651	30.1	16.2							
24	月	麦ごはん	○		ビーフカレー	ほう	れ	ん	そ	う	と	コー	ンの	ソ	テー	ぼ	ん	か	ん	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、チーズ、ロースハム	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、にんにく、ほうれんそう、コーン、キャベツ、もやし、ぼんかん	737	24.4	18.0	
25	火	かやくご飯	○		さばのごまだれかけ	わ	か	め	ス	ー	ブ	牛乳、鶏肉、しらす干し、さば、豆腐、わかめ、かまぼこ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま、でん粉	にんじん、ごぼう、干しいたけ、しょうが、ごまつな	740	35.3	28.6									
26	水	ミルククレセントロールパン	○		鶏肉のトマトクリームソース焼き	ポ	ト	フ	牛乳、鶏肉、チーズ、生クリーム、ベーコン	ミルククレセントロールパン、でん粉、菜種油、あまおうタルト(小麦、糖類、豆乳、マーガリン、いちご、だいず油、米粉)	トマト、パセリ、かぶ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリー、えだまめ	753	40.9	28.1												
27	木	麦ごはん	○	姪浜のり梅ふりかけ	レ	バ	ー	と	じゃ	が	い	も	の	甘	み	そ	か	ら	め	牛乳、姪浜のり梅ふりかけ、鶏レバー(鶏レバー、でん粉、糖類、にんにく、しょうが)、米みそ、豆腐、油揚げ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖、さといも、でん粉	こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、干しいたけ、青ねぎ	676	24.1	17.5	
28	金	チーズパン	○		スパゲッティナポリタン	ア	ー	モ	ン	ド	ド	レ	ッ	シ	ン	グ	サ	ラ	ダ	牛乳、豚肉、ベーコン	チーズパン、スパゲッティ、バター、アーモンド、砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、パセリ、マッシュルーム、にんにく、トマト、キャベツ、きゅうり	703	27.1	22.4	
31	月	麦ごはん	○		揚げ魚のレモン風味	み	そ	お	で	ん	牛乳、ホキ天ぷら(ホキ、小麦、でん粉、植物油、米粉)、鶏肉、かまぼこ、うずら卵、赤だしみそ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、さといも	レモン果汁、こんにゃく	710	32.5	21.8										
* 材料入荷の都合により、献立の内容を一部変更することがあります。						1月分平均栄養量			711	30.2	22.5															

* 食物アレルギー、糖尿病などの食事のコントロールを必要とするお子様については、献立表の食材料、栄養量を参考にしてください。
* 食物アレルギー等に対応する情報提供として、「使用する加工食品をより詳しく記した表」を別途作成しています。ご利用の方は学校にお申し出ください。