



2023年3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 熱や力のもとになる	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)		
1	水	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		ハンバーグ 白菜のスープ ★いちごムース	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、鶏卵、チーズ、 鶏肉	精白米、白麦、でん粉、 バター、砂糖、菜種油、 いちごムース(植物油、 牛乳、コーン、糖類、 いちご)	にんにく、たまねぎ、 にんじん、はくさい、 きくらげ、こまつな	549	27.4	21.1		
3	金	麦ごはん	○	中濃ソース	コロッケ 高野豆腐のうま煮 ヨーグルト	牛乳、鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、ヨーグルト (乳製品、糖類、 寒天)	精白米、白麦、 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、砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、 さやいんげん、しょうが	576	25.4	16.4		
6	月	ほうれんそう 食パン	○		かぼちゃのクリーム煮 ベーコンソテー	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ベーコン	ほうれんそう食パン、 菜種油、バター、 小麦粉	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、えだまめ、 ほうれんそう、キャベツ、 コーン	574	25.7	25.7		
7	火	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの 甘みそからめ 春雨スープ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバー(鶏レバー、 でん粉、糖類、にんにく、 しょうが)、米みそ、 豚肉、むぎえび	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、緑豆春雨、 ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、 チンゲンサイ	516	21.6	14.9		
8	水	ミルク クレセント ロールパン	○		スパゲッティミートソース ツナドレッシングサラダ	牛乳、牛肉、豚肉、 だいたず、ツナ (まぐろ、だいたず油)	ミルククレセントロールパン、 スパゲッティ、バター、 菜種油、砂糖	にんじん、たまねぎ、 セロリー、 マッシュルーム、 トマト、レモン果汁、 キャベツ、きゅうり	582	26.6	21.1		
9	木	麦ごはん	○		チキンカレー 野菜ソテー デコボン	牛乳、鶏肉、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	たまねぎ、にんじん、 にんにく、キャベツ、 コーン、デコボン	527	22.1	14.5		
10	金	五目鶏飯	○		いわしのしょうが煮 もずくスープ	牛乳、鶏肉、油揚げ、 いわしのしょうが煮 (いわし、砂糖、しょうが、 でん粉)、豆腐、もずく、 かまぼこ	精白米、白麦、菜種油	にんじん、ごぼう、 干しいたけ、青ねぎ	542	29.6	19.5		
13	月	パンパン	○		ハッシュドビーフ フレンチサラダ ココア	牛乳、牛肉、 脱脂粉乳、生クリーム	パンパン、菜種油、 バター、小麦粉、砂糖、 ココア(糖類、ココア)	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 にんにく、トマト、 コーン、キャベツ、 きゅうり	551	21.9	21.6		
15	水	ワンローフ型 食パン	○	黒豆 きな粉 スプレッド	カレー煮 アスパラのソテー	牛乳、鶏肉、ロースハム	ワンローフ型食パン、 黒豆きな粉スプレッド、 じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、 グリーンアスパラガス、 キャベツ	493	24.9	19.5		
16	木	麦ごはん	○		かれいフライ・みそだれかけ ひじきと大豆のうま煮	牛乳、かれいフライ (かれい、バターミックス、 パン粉)、赤だしみそ、 鶏肉、だいたず、てんぷら、 ひじき	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、白ごま	にんにく、こんにゃく、 にんじん、さやいんげん	569	31.4	17.7		
17	金	★ココア ロールパン	○		鶏肉のマリネ焼き コンソメスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン	ココアロールパン、 でん粉、菜種油、 砂糖、じゃがいも	たまねぎ、しょうが、 にんじん、キャベツ、 セロリー、パセリ	495	26.5	20.1		
20	月	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	揚げ魚のレモン風味 ちゃんぽん	牛乳、ホキ天ぷら (ホキ、小麦、でん粉、 植物油、米粉)、 豚肉、かまぼこ	精白米、白麦、 のりたまごふりかけ、 菜種油、砂糖、 中華めん	レモン果汁、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、 もやし、きくらげ、 ほうれんそう	605	25.1	20.1		
22	水	麦ごはん	○		ねぎ塩豚井 わかめスープ いちご	牛乳、豚肉、鶏肉、 わかめ	精白米、白麦、 菜種油、白ごま、 ごま油、でん粉	根深ねぎ、もやし、 にんじん、たまねぎ、 青ねぎ、にんにく、 レモン果汁、こまつな、 いちご	499	26.0	15.2		
23	木	キャロット ロールパン	○		じゃがベーコンの マヨネーズ焼き トマトスープ煮	牛乳、ベーコン、鶏肉	キャロットロールパン、 じゃがいも、バター、 マヨネーズ、マカロニ、 菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 トマト、セロリー、 ブロッコリー、にんにく	566	23.5	25.7		
* 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。								3月分平均栄養量			546	25.6	19.5

★マークは今月の新献立です。

\* 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。

\* 形態食を喫食されるお子様については、献立表に記載のない食材や献立となることがあります。詳細は学校にお尋ねください。



2023年3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)		
1	水	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		ハンバーグ 白菜のスープ ★いちごムース	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、鶏卵、チーズ、 鶏肉	精白米、白麦、でん粉、 バター、砂糖、菜種油、 いちごムース(植物油、 牛乳、コーン、糖類、 いちご)	にんにく、たまねぎ、 にんじん、はくさい、 きくらげ、こまつな	679	34.0	24.2		
3	金	麦ごはん	○	中濃ソース	コロッケ 高野豆腐のうま煮 ヨーグルト	牛乳、鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、ヨーグルト (乳製品、糖類、 寒天)	精白米、白麦、 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、砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、 さやいんげん、しょうが	716	31.7	18.2		
6	月	ほうれんそう 食パン	○		かぼちゃのクリーム煮 ベーコンソテー	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ベーコン	ほうれんそう食パン、 菜種油、バター、 小麦粉	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、えだまめ、 ほうれんそう、キャベツ、 コーン	702	31.6	31.0		
7	火	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの 甘みそからめ 春雨スープ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバー(鶏レバー、 でん粉、糖類、にんにく、 しょうが)、米みそ、 豚肉、むぎえび	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、緑豆春雨、 ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、 チンゲンサイ	662	26.9	17.4		
8	水	ミルク クレセント ロールパン	○		スパゲッティミートソース ツナドレッシングサラダ	牛乳、牛肉、豚肉、 だいたず、ツナ (まぐろ、だいたず油)	ミルククレセントロールパン、 スパゲッティ、バター、 菜種油、砂糖	にんじん、たまねぎ、 セロリー、 マッシュルーム、 トマト、レモン果汁、 キャベツ、きゅうり	724	32.8	25.4		
9	木	麦ごはん	○		チキンカレー 野菜ソテー デコボン	牛乳、鶏肉、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	たまねぎ、にんじん、 にんにく、キャベツ、 コーン、デコボン	683	27.6	17.1		
10	金	五目鶏飯	○		いわしのしょうが煮 もずくスープ	牛乳、鶏肉、油揚げ、 いわしのしょうが煮 (いわし、砂糖、しょうが、 でん粉)、豆腐、もずく、 かまぼこ	精白米、白麦、菜種油	にんじん、ごぼう、 干しいたけ、青ねぎ	641	34.6	21.2		
13	月	パンパン	○		ハッシュドビーフ フレンチサラダ ココア	牛乳、牛肉、 脱脂粉乳、生クリーム	パンパン、菜種油、 バター、小麦粉、砂糖、 ココア(糖類、ココア)	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 にんにく、トマト、 コーン、キャベツ、 きゅうり	667	26.2	26.0		
15	水	ワンローフ型 食パン	○	黒豆 きな粉 スプレッド	カレー煮 アスパラのソテー	牛乳、鶏肉、ロースハム	ワンローフ型食パン、 黒豆きな粉スプレッド、 じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、 グリーンアスパラガス、 キャベツ	616	31.6	22.3		
16	木	麦ごはん	○		かれいフライ・みそだれかけ ひじきと大豆のうま煮	牛乳、かれいフライ (かれい、バターミックス、 パン粉)、赤だしみそ、 鶏肉、だいたず、てんぷら、 ひじき	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、白ごま	にんにく、こんにゃく、 にんじん、さやいんげん	685	37.3	19.0		
17	金	★ココア ロールパン	○		鶏肉のマリネ焼き コンソメスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン	ココアロールパン、 でん粉、菜種油、 砂糖、じゃがいも	たまねぎ、しょうが、 にんじん、キャベツ、 セロリー、パセリ	600	32.8	23.4		
20	月	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	揚げ魚のレモン風味 ちゃんぽん	牛乳、ホキ天ぷら (ホキ、小麦、でん粉、 植物油、米粉)、 豚肉、かまぼこ	精白米、白麦、 のりたまごふりかけ、 菜種油、砂糖、 中華めん	レモン果汁、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、 もやし、きくらげ、 ほうれんそう	723	28.8	21.1		
22	水	麦ごはん	○		ねぎ塩豚井 わかめスープ いちご	牛乳、豚肉、鶏肉、 わかめ	精白米、白麦、 菜種油、白ごま、 ごま油、でん粉	根深ねぎ、もやし、 にんじん、たまねぎ、 青ねぎ、にんにく、 レモン果汁、こまつな、 いちご	642	32.7	17.6		
23	木	キャロット ロールパン	○		じゃがベーコンの マヨネーズ焼き トマトスープ煮	牛乳、ベーコン、鶏肉	キャロットロールパン、 じゃがいも、バター、 マヨネーズ、マカロニ、 菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 トマト、セロリー、 ブロッコリー、にんにく	694	29.0	31.2		
* 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。								3月分平均栄養量			674	31.3	22.5

★マークは今月の新献立です。

\* 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。

\* 形態食を喫食されるお子様については、献立表に記載のない食材や献立となることがあります。詳細は学校にお尋ねください。