



2023年5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	月	麦ごはん	○	野菜 ふりかけ 天つゆ	ホキのお茶の葉揚げ 五 月 汁	牛乳、ホキ、鶏卵、 豆腐、わかめ	精白米、白麦、小麦粉、 菜種油	野菜ふりかけ、てん茶、 にんじん、たけのこ、 干しいたけ、青ねぎ	496	26.6	14.5
2	火	チーズ パン	○		カ レ ー 煮 ベ ー コ ン ソ テ ー コ コ ア ワ ッ プ ル	牛乳、鶏肉、ベーコン	チーズパン、じゃがいも、 菜種油、ココアワッフル	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	546	24.9	21.8
8	月	麦ごはん	○	抹茶 ふりかけ	い わ し の 梅 煮 具 う ど ん	牛乳、いわしの梅煮、 鶏肉、かまぼこ、油揚げ	精白米、白麦、乾めん	抹茶ふりかけ、にんじん たまねぎ、干しいたけ	555	27.2	15.8
9	火	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、こまつな、 しょうが、にんにく、 キャベツ、きゅうり	486	19.5	15.5
10	水	麦ごはん	○		ハ ヤ シ ラ イ ス ア ス バ ラ の ソ テ ー パ イ ン & ピ ー チ	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 にんにく、トマト、 グリーンアスパラガス、 キャベツ、黄桃、 パインアップル	555	21.8	16.6
11	木	食パン	○	黒豆きな粉 スプレッド	塩こうじの鶏から揚げ 野 菜 ス ー プ	牛乳、鶏肉、ベーコン	食パン、 黒豆きな粉スプレッド、 小麦粉、でん粉、 菜種油	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、キャベツ、 セロリー、パセリ	579	31.4	23.7
12	金	麦ごはん	○		ふ く さ 焼 き が め 煮 ヨ ー グ ル ト	牛乳、鶏卵、豆腐、 鶏肉、ヨーグルト	精白米、白麦、砂糖、 でん粉、じゃがいも、 菜種油	かぼちゃ、ほうれんそう、 こんにゃく、にんじん、 ごぼう、干しいたけ、 さやいんげん	542	24.2	14.7
15	月	★ 八女茶 ロールパン	○		マカロニのクリーム煮 アーモンドドレッシングサラダ	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ロースハム	八女茶ロールパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 アーモンド、砂糖	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 グリーンアスパラガス、 キャベツ、きゅうり	512	22.3	20.4
16	火	麦ごはん (ヒレヒカリ)	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの 甘みそからめ 中 華 ス ー プ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 米みそ、豚肉	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、ごま油	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、干しいたけ 青ねぎ、しょうが、にんにく	494	19.9	14.5
17	水	柏型ミルク パン	○		チ リ コ ン カ ー ン ポ ト フ	牛乳、豚肉、だいず、 鶏肉	柏型ミルクパン、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 にんにく、ほうれんそう、 セロリー	526	30.0	19.1
18	木	たけのこ ご飯	○		さばのレモンじょうゆかけ す ま し 汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、 さば、豆腐、わかめ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖	にんじん、たけのこ、 干しいたけ、 レモン果汁、たまねぎ、 えのきたけ、青ねぎ	599	29.6	26.9
19	金	ミルク グレースント ロールパン	○		アメリカンソーススパゲッティ フ レ ン チ サ ラ ダ	牛乳、むぎえび、 生クリーム	ミルクグレースントロールパン、 スパゲッティ、菜種油、 バター、砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、にんにく、トマト、 コーン、キャベツ、きゅうり	529	22.7	17.4

しんちゃ きせつ  
新茶の季節です！

りっしゅん かそ にちめ はちじゅうはちや ことし かつふつか ころ ちやつ  
立春から数えて88日目を「八十八夜」といい、今年(ことし)は5月2日にあたります。この頃は、茶摘みの  
きせつ こんだて ちゃ は あ まつちや やめちや  
シーズンになります。季節の献立として、「ホキのお茶の葉揚げ」「抹茶ふりかけ」「八女茶ロールパン」を  
とり入れています。



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)		
22	月	麦ごはん	○		かつおフライ・みそだれかけ ★ 鶏飯(けいはん)	牛乳、かつおフライ、 赤だしみそ、鶏肉、 錦糸卵	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、白ごま	にんにく、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 干しいたけ、青ねぎ	513	29.8	14.2		
23	火	麦ごはん	○		豆腐のうま煮 和風あえ	牛乳、豆腐、豚肉、 ツナ油漬け、わかめ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、えだまめ、 しょうが、レモン果汁、 キャベツ、ほうれんそう	498	25.8	18.6		
24	水	麦ごはん	○	二杯酢	シユウマイ ★ チャプチェ トマ	牛乳、ひじきシュウマイ、 牛肉	精白米、白麦、 緑豆春雨、菜種油、 砂糖、白ごま、ごま油	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、エリンギ、 きくらげ、ピーマン、 しょうが、にんにく、トマト	563	22.0	20.1		
25	木	ほうれんそう パン	○		ハンバーグ 白花豆のスープ	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、鶏卵、チーズ、 鶏肉、白花豆、 白いんげん豆、 脱脂粉乳	ほうれんそうパン、 でん粉、バター、砂糖、 じゃがいも、菜種油	にんにく、たまねぎ、 にんじん、パセリ	594	31.4	25.6		
26	金	麦ごはん	○		ポークカレー ごま炒め ★ オレンジゼリー	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 チーズ、ちくわ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、白ごま	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 もやし、こまつな オレンジゼリー	545	18.9	14.3		
29	月	黒糖パン	○		鶏肉のマリネ焼き コーンスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン、 脱脂粉乳	黒糖パン、でん粉、 菜種油、砂糖、 マカロニ、バター、 小麦粉	たまねぎ、しょうが、 コーン、パセリ	544	31.4	18.8		
30	火	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	高野豆腐のうま煮 しらすあえ	牛乳、のりたまごふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、しらす干し、 わかめ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、干しいたけ さやいんげん、しょうが、 キャベツ、きゅうり	461	23.1	11.8		
31	水	横割り ミルク 丸パン	○	中濃ソース	かれいフライ パブリカ煮 キャベツのレモン酢あえ	牛乳、かれいフライ、 鶏肉	横割りミルク丸パン、 菜種油、じゃがいも、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、キャベツ、 レモン果汁	514	27.4	17.0		
* 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。								5月分平均栄養量			533	25.5	18.1

★マークは今月の新献立です。

\* 福岡市は日本食品標準成分表の八訂で計算して献立を作成しています。食事制限がある方等、ご不明な点がありましたらお問い合わせください。

\* 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。

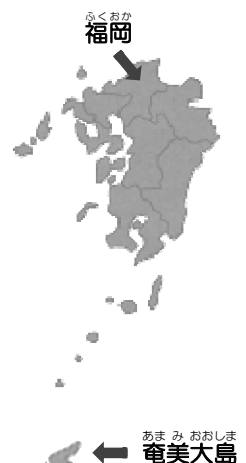
## ＜新献立の紹介＞



世界の料理から「チャプチェ」をとりいれました。

## ～ 鶏飯(けいはん) ～

九州と沖縄の中間に位置する、奄美大島(鹿児島県)の郷土料理です。江戸時代、島の外から来た人をもてなすために作られたのが始まりです。ごはんの上に鶏肉、錦糸卵、しいたけ、パパイアの漬物、みかんの皮などの具材をのせ、だしをかけて食べます。給食の鶏飯には、パパイアとみかんの皮は入っていませんが、きゅうりを入れ、給食用にアレンジしています。



## ～ チャプチェ ～

春雨を使った伝統的な韓国料理です。

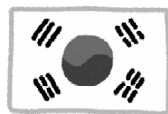
一般的な家庭料理であり、お祝いなどのめでたい席や

家族が集まる時によく食べられています。春雨のほか、ピーマンやにんじんなどの

彩り豊かな野菜やきのこ、牛肉の細切り肉を使った甘辛い味付けの料理です。

給食で使う春雨は緑豆から作られたものを使っていますが、

本場では、さつまいもから作られた弾力があって太い春雨を使います。





2023年5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 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	月	麦ごはん	○	野菜 ふりかけ 天つゆ	ホキのお茶の葉揚げ 五 月 汁	牛乳、ホキ、鶏卵、 豆腐、わかめ	精白米、白麦、小麦粉、 菜種油	野菜ふりかけ、てん茶、 にんじん、たけのこ、 干しいたけ、青ねぎ	615	32.8	15.3
2	火	チーズ パン	○		カ レ ー 煮 ベ ー コ ン ソ テ ー コ コ ア ワ ッ プ ル	牛乳、鶏肉、ベーコン	チーズパン、じゃがいも、 菜種油、ココアワッフル	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	642	29.9	25.1
8	月	麦ごはん	○	抹茶 ふりかけ	い わ し の 梅 煮 具 う ど ん	牛乳、いわしの梅煮、 鶏肉、かまぼこ、油揚げ	精白米、白麦、乾めん	抹茶ふりかけ、にんじん たまねぎ、干しいたけ	671	31.4	16.4
9	火	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、こまつな、 しょうが、にんにく、 キャベツ、きゅうり	620	24.0	17.9
10	水	麦ごはん	○		ハ ヤ シ ラ イ ス ア ス パ ラ の ソ テ ー パ イ ン & ピ ー チ	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 にんにく、トマト、 グリーンアスパラガス、 キャベツ、黄桃、 パインアップル	708	27.3	19.6
11	木	食パン	○	黒豆きな粉 スプレッド	塩こうじの鶏から揚げ 野 菜 ス ー プ	牛乳、鶏肉、ベーコン	食パン、 黒豆きな粉スプレッド、 小麦粉、でん粉、 菜種油	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、キャベツ、 セロリー、パセリ	683	34.9	26.0
12	金	麦ごはん	○		ふ く さ 焼 き が め 煮 ヨ ー グ ル ト	牛乳、鶏卵、豆腐、 鶏肉、ヨーグルト	精白米、白麦、砂糖、 でん粉、じゃがいも、 菜種油	かぼちゃ、ほうれんそう、 こんにゃく、にんじん、 ごぼう、干しいたけ、 さやいんげん	702	30.6	17.3
15	月	★ 八女茶 ロールパン	○		マカロニのクリーム煮 アーモンドドレッシングサラダ	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ロースハム	八女茶ロールパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 アーモンド、砂糖	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 グリーンアスパラガス、 キャベツ、きゅうり	622	27.1	24.4
16	火	麦ごはん (ヒレヒカリ)	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの 甘みそからめ 中 華 ス ー プ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 米みそ、豚肉	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、ごま油	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、干しいたけ 青ねぎ、しょうが、にんにく	634	24.6	16.9
17	水	柏型ミルク パン	○		チ リ コ ン カ ー ン ポ ト フ	牛乳、豚肉、だいず、 鶏肉	柏型ミルクパン、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 にんにく、ほうれんそう、 セロリー	688	38.7	23.5
18	木	たけのこ ご飯	○		さばのレモンじょうゆかけ す ま し 汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、 さば、豆腐、わかめ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖	にんじん、たけのこ、 干しいたけ、 レモン果汁、たまねぎ、 えのきたけ、青ねぎ	730	35.6	31.3
19	金	ミルク グレースント ロールパン	○		アメリカンソーススパゲッティ フ レ ン チ サ ラ ダ	牛乳、むぎえび、 生クリーム	ミルクグレースントロールパン、 スパゲッティ、菜種油、 バター、砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、にんにく、トマト、 コーン、キャベツ、きゅうり	649	27.4	20.4

しんちゃ きせつ  
新茶の季節です！

りっしゅん かそ にちめ はちじゅうはちや ことし かつふつか ころ ちやつ  
立春から数えて88日目を「八十八夜」といい、今年は5月2日にあたります。この頃は、茶摘みの  
きせつ こんだて ちゃ はあ まつちや やめちや  
シーズンになります。季節の献立として、「ホキのお茶の葉揚げ」「抹茶ふりかけ」「八女茶ロールパン」を  
とり入れています。



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)		
22	月	麦ごはん	○		かつおフライ・みそだれかけ ★ 鶏飯(けいはん)	牛乳、かつおフライ、 赤だしみそ、鶏肉、 錦糸卵	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、白ごま	にんにく、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 干しいたけ、青ねぎ	630	34.5	15.0		
23	火	麦ごはん	○		豆腐のうま煮 和風あえ	牛乳、豆腐、豚肉、 ツナ油漬け、わかめ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、えだまめ、 しょうが、レモン果汁、 キャベツ、ほうれんそう	639	32.5	22.1		
24	水	麦ごはん	○	二杯酢	シユウマイ ★ チャプチェ トマ	牛乳、ひじきシュウマイ、 牛肉	精白米、白麦、 緑豆春雨、菜種油、 砂糖、白ごま、ごま油	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、エリンギ、 きくらげ、ピーマン、 しょうが、にんにく、トマト	672	25.4	21.5		
25	木	ほうれんそう パン	○		ハンバーグ 白花豆のスープ	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、鶏卵、チーズ、 鶏肉、白花豆、 白いんげん豆、 脱脂粉乳	ほうれんそうパン、 でん粉、バター、砂糖、 じゃがいも、菜種油	にんにく、たまねぎ、 にんじん、パセリ	730	39.0	30.8		
26	金	麦ごはん	○		ポークカレー ごま炒め ★ オレンジゼリー	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 チーズ、ちくわ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、白ごま	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 もやし、こまつな オレンジゼリー	697	23.3	16.7		
29	月	黒糖パン	○		鶏肉のマリネ焼き コーンスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン、 脱脂粉乳	黒糖パン、でん粉、 菜種油、砂糖、 マカロニ、バター、 小麦粉	たまねぎ、しょうが、 コーン、パセリ	663	39.1	22.0		
30	火	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	高野豆腐のうま煮 しらすあえ	牛乳、のりたまごふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、しらす干し、 わかめ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 たけのこ、干しいたけ さやいんげん、しょうが、 キャベツ、きゅうり	600	28.7	13.2		
31	水	横割り ミルク 丸パン	○	中濃ソース	かれいフライ パブリカ煮 キャベツのレモン酢あえ	牛乳、かれいフライ、 鶏肉	横割りミルク丸パン、 菜種油、じゃがいも、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、キャベツ、 レモン果汁	633	32.8	19.3		
* 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。								5月分平均栄養量			661	31.0	20.7

★マークは今月の新献立です。

\* 福岡市は日本食品標準成分表の八訂で計算して献立を作成しています。食事制限がある方等、ご不明な点がありましたらお問い合わせください。

\* 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。

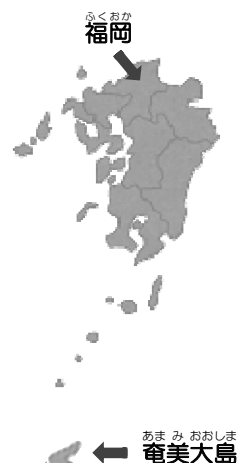
## ＜新献立の紹介＞



世界の料理から「チャプチェ」をとりいれました。

## ～ 鶏飯(けいはん) ～

九州と沖縄の中間に位置する、奄美大島(鹿児島県)の郷土料理です。江戸時代、島の外から来た人をもてなすために作られたのが始まりです。ごはんの上に鶏肉、錦糸卵、しいたけ、パパイアの漬物、みかんの皮などの具材をのせ、だしをかけて食べます。給食の鶏飯には、パパイアとみかんの皮は入っていませんが、きゅうりを入れ、給食用にアレンジしています。



## ～ チャプチェ ～

春雨を使った伝統的な韓国料理です。

一般的な家庭料理であり、お祝いなどのめでたい席や

家族が集まる時によく食べられています。春雨のほか、ピーマンやにんじんなどの

彩り豊かな野菜やきのこ、牛肉の細切り肉を使った甘辛い味付けの料理です。

給食で使う春雨は緑豆から作られたものを使っていますが、

本場では、さつまいもから作られた弾力があって太い春雨を使います。

