



2023年6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	その他	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)	脂質 (g)
1	木	麦ごはん	○	★ テジブルコギ 黄花湯(ホワンホワタン)	牛乳、豚肉、麦みそ、 鶏卵、かまぼこ	精白米、白麦、でん粉、 砂糖、白ごま、ごま油	たまねぎ、ピーマン、 にんじん、しょうが、 にんにく、りんご、 ほうれんそう、きくらげ	476	23.9	15.5
2	金	ワンローフ型 食パン	○	タンドリーチキン スープ煮	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト、ベーコン	ワンローフ型食パン、 ビーンズスプレッド、 でん粉、バター、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ	582	28.2	27.9
5	月	麦ごはん	○	いわしのしょうが煮 カレーうどん	牛乳、 いわしのしょうが煮、 鶏肉	精白米、白麦、乾めん	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ	560	27.9	17.3
6	火	麦ごはん	○	レバーとじゃがいもの揚げ煮 春雨スープ	牛乳、 鶏レバーのから揚げ、 豚肉、むきえび	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	抹茶ふりかけ、にんじん、 たまねぎ、干しいたけ、 たけのこ、チンゲンサイ	488	20.5	14.2
7	水	麦ごはん	○	麻婆豆腐 ひじきサラダ	牛乳、豆腐、豚肉、 だいず、赤だしみそ、 ひじき、油揚げ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、ごま油、 でん粉、マヨネーズ	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	547	25.9	24.1
8	木	チーズ パン	○	★鶏肉のケチャップソース焼き ポテトスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン、 脱脂粉乳	チーズパン、でん粉、 菜種油、じゃがいも、 バター、小麦粉	たまねぎ、にんじん、 パセリ	501	29.9	19.2
9	金	麦ごはん	○	牛肉のいり煮 小松菜の炒め物 パインアップル	牛乳、牛肉、しらす干し	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、白ごま	にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、たけのこ、 ごぼう、さやいんげん、 こまつな、キャベツ、 もやし、コーン、 パインアップル	486	20.0	13.0
12	月	黒糖パン	○	オムレツ・チーズソースかけ トマトスープ煮	牛乳、オムレツ、 脱脂粉乳、チーズ、 鶏肉	黒糖パン、小麦粉、 バター、じゃがいも、 菜種油	にんじん、トマト、 たまねぎ、えだまめ、 にんにく	533	29.4	20.4
13	火	麦ごはん	○	シュウマイ 豆腐のみそ炒め	牛乳、ひじきシュウマイ、 豆腐、豚肉、麦みそ	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、青ねぎ	591	28.4	23.6
14	水	キャロット パン	○	カレー煮 ツナドレッシングサラダ	牛乳、鶏肉、 ツナ油漬け	キャロットパン、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、レモン果汁、 キャベツ、きゅうり	511	23.9	21.4
15	木	中華ご飯	○	揚げ魚の梅ソースかけ わかめスープ	牛乳、豚肉、 ホキ天ぷら、豆腐、 わかめ、かまぼこ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖	にんじん、たけのこ、 きくらげ、干しいたけ、 えだまめ、しょうが、 梅干し、玉ねぎ、 青ねぎ	576	28.2	22.2
16	金	ぶどうパン	○	なすのミートソース煮 コーンソテー ヨーグルト	牛乳、豚肉、だいず、 チキン水煮、 ヨーグルト	ぶどうパン、じゃがいも、 菜種油	なす、にんじん、 たまねぎ、パセリ、 キャベツ、コーン、 もやし	518	23.7	16.3

がつよっか とおか は くち けんこうしゅうかん  
●6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。

歯は、一生をともにする大切なものです。

子どもの頃に、よくかむ習慣をつけ、健康な歯と  
口をはぐくむことが大切です。



よくかんでたべよう



すきらいをせす  
なんでもたべること  
も大切です。

はをみがこう



きゅうしょくのあと  
はみがきをわすれずに!

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 質 (g)			
19 月	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○	ひじきの つくだ煮	土 佐 煮 みそドレッシングサラダ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏肉、ちくわ、かつお節、 ロースハム、米みそ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	こんにゃく、にんじん、 たけのこ、さやいんげん、 キャベツ、きゅうり、もやし	509	24.2	13.3			
20 火	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○	中濃ソース	コ ロ ッ ケ 中華野菜炒め ブチアセロラゼリー	牛乳、てんぷら	精白米、白麦、 野菜コロッケ、菜種油、 ごま油	にんじん、チンゲンサイ、 たまねぎ、キャベツ、 たけのこ、きくらげ、 しょうが、にんにく、 ブチアセロラゼリー	504	16.2	14.0			
21 水	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	さばのごまだれかけ も ず く ス ー プ	牛乳、のりたまごふりか け、 さば、豆腐、もずく、 かまぼこ	精白米、白麦、砂糖、 白ごま、てん粉	しょうが、にんじん、 たまねぎ、青ねぎ	558	24.8	23.4			
22 木	ココア ロールパン	○		コーンクリーム煮 ハムのマリネ	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ロースハム	ココアロールパン、 じゃがいも、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ、 キャベツ、きゅうり、 レモン果汁	567	25.9	25.0			
23 金	麦ごはん	○		豚肉のしょうが焼き 大豆の五目煮	牛乳、豚肉、鶏肉、 ちくわ、だいず	精白米、白麦、でん粉、 菜種油、砂糖	たまねぎ、しょうが、 こんにゃく、にんじん、 ごぼう、さやいんげん	517	30.8	16.2			
26 月	背割り ミルクパン	○		ウイナーソーテー コンソメスープ きゅうり	牛乳、 ポークウイナー、 鶏肉	背割りミルクパン、 砂糖、でん粉、 じゃがいも、菜種油	にんじん、キャベツ、 たまねぎ、パセリ、きゅうり	503	25.5	25.2			
27 火	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ 中濃ソース	えびカツレツ みそ煮	牛乳、 のりかつおふりかけ、 エビカツレツ、豚肉、 赤だしみそ	精白米、白麦、菜種油、 じゃがいも、砂糖	にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、さやいんげん、 しょうが	524	22.6	14.6			
28 水	ミルク クレセント ロールパン	○		和風スパゲッティ うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉、ベーコン	ミルククレセントロールパン、 スパゲッティ、バター、 砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、にんにく、 キャベツ、きゅうり、もやし、 梅干し	530	21.9	18.8			
29 木	麦ごはん	○		キーマカレー 野菜ソーテー みかんジュース	牛乳、鶏肉、だいず、 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、 なす、にんにく、キャベツ、 ピーマン、コーン、 みかんジュース	573	23.1	15.4			
30 金	ほうれんそう パン	○		ホキのマヨネーズ焼き かぼちゃのスープ煮	牛乳、ホキ、鶏肉	ほうれんそうパン、 マヨネーズ、菜種油	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、コーン、 えだまめ	557	32.0	23.7			
* 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。								6月分平均栄養量			532	25.3	19.3

★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、ご不明な点がござい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。



まいとし がつ  
毎年6月は、  
「食育月間」

まいつき にち  
毎月19日は、  
「食育の日」

2005年(平成17年)に制定された食育基本法では、子どもたちが豊かな人間性を  
はぐくみ、生きる力を身につけていくためには、何よりも「食」が重要であるとして  
います。



家庭では、こんな食育を！ ～できることから始めよう～



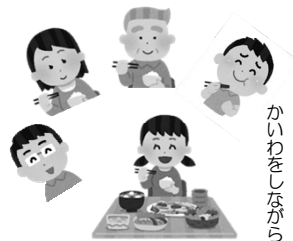
栄養バランスを意識する



旬の食材を使う



郷土料理や行事食を  
とり入れる



家族で食卓を囲む

食べられる分だけ  
買ったり注文したりする。



食品ロスを減らす



2023年6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)	脂質 (g)
1	木	麦ごはん	○		★ テジブルコギ 黄花湯(ホワンホワタン)	牛乳、豚肉、麦みそ、 鶏卵、かまぼこ	精白米、白麦、でん粉、 砂糖、白ごま、ごま油	たまねぎ、ピーマン、 にんじん、しょうが、 にんにく、りんご、 ほうれんそう、きくらげ	600	29.4	17.8
2	金	ワンローフ型 食パン	○	ビーンズ スプレッド	タンドリーチキン スープ煮	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト、ベーコン	ワンローフ型食パン、 ビーンズスプレッド、 でん粉、バター、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ	726	36.0	32.4
5	月	麦ごはん	○		いわしのしょうが煮 カレーうどん	牛乳、 いわしのしょうが煮、 鶏肉	精白米、白麦、乾めん	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ	667	32.6	18.4
6	火	麦ごはん	○	抹茶 ふりかけ	レバーとじゃがいもの揚げ煮 春雨スープ	牛乳、 鶏レバーのから揚げ、 豚肉、むきえび	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	抹茶ふりかけ、にんじん、 たまねぎ、干しいたけ、 たけのこ、チンゲンサイ	632	25.4	16.5
7	水	麦ごはん	○		麻婆豆腐 ひじきサラダ	牛乳、豆腐、豚肉、 だいず、赤だしみそ、 ひじき、油揚げ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、ごま油、 でん粉、マヨネーズ	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	704	32.5	29.3
8	木	チーズ パン	○		★鶏肉のケチャップソース焼き ポテトスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン、 脱脂粉乳	チーズパン、でん粉、 菜種油、じゃがいも、 バター、小麦粉	たまねぎ、にんじん、 パセリ	608	37.1	22.4
9	金	麦ごはん	○		牛肉のいり煮 小松菜の炒め物 パインアップル	牛乳、牛肉、しらす干し	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、白ごま	にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、たけのこ、 ごぼう、さやいんげん、 ごまつな、キャベツ、 もやし、コーン、 パインアップル	604	24.3	14.5
12	月	黒糖パン	○		オムレツ・チーズソースかけ トマトスープ煮	牛乳、オムレツ、 脱脂粉乳、チーズ、 鶏肉	黒糖パン、小麦粉、 バター、じゃがいも、 菜種油	にんじん、トマト、 たまねぎ、えだまめ、 にんにく	612	34.2	21.9
13	火	麦ごはん	○	二杯酢	シュウマイ 豆腐のみそ炒め	牛乳、ひじきシュウマイ、 豆腐、豚肉、麦みそ	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、青ねぎ	716	34.0	26.2
14	水	キャロット パン	○		カレー煮 ツナドレッシングサラダ	牛乳、鶏肉、 ツナ油漬け	キャロットパン、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、レモン果汁、 キャベツ、きゅうり	618	29.1	25.2
15	木	中華ご飯	○		揚げ魚の梅ソースかけ わかめスープ	牛乳、豚肉、 ホキ天ぷら、豆腐、 わかめ、かまぼこ	精白米、白麦、菜種油、 砂糖	にんじん、たけのこ、 きくらげ、干しいたけ、 えだまめ、しょうが、 梅干し、玉ねぎ、 青ねぎ	679	33.0	24.0
16	金	ぶどうパン	○		なすのミートソース煮 コーンソテー ヨーグルト	牛乳、豚肉、だいず、 チキン水煮、 ヨーグルト	ぶどうパン、じゃがいも、 菜種油	なす、にんじん、 たまねぎ、パセリ、 キャベツ、コーン、 もやし	651	29.9	19.4

がつよっか とおか は くち けんこうしゅうかん  
●6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。

歯は、一生をともにする大切なものです。

子どもの頃に、よくかむ習慣をつけ、健康な歯と  
口をはぐくむことが大切です。



よくかんでたべよう



すきらいをせす  
なんでもたべること  
も大切です。

はみがきこう



きゅうしょくのあと  
はみがきをわすれずに!

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)	脂質 (g)		
19 月	麦ごはん (ヒレヒカリ)	○	ひじきの つくだ煮	土 佐 煮 みそドレッシングサラダ	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏肉、ちくわ、かつお節、 ロースハム、米みそ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	こんにゃく、にんじん、 たけのこ、さやいんげん、 キャベツ、きゅうり、もやし	658	30.1	15.1		
20 火	麦ごはん (ヒレヒカリ)	○	中濃ソース	コ ロ ッ ケ 中華野菜炒め ブチアセロラゼリー	牛乳、てんぷら	精白米、白麦、 野菜コロッケ、菜種油、 ごま油	にんじん、チンゲンサイ、 たまねぎ、キャベツ、 たけのこ、きくらげ、 しょうが、にんにく、 ブチアセロラゼリー	600	18.9	14.5		
21 水	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ	さばのごまだれかけ も ず く ス ー プ	牛乳、のりたまごふりか け、 さば、豆腐、もずく、 かまぼこ	精白米、白麦、砂糖、 白ごま、てん粉	しょうが、にんじん、 たまねぎ、青ねぎ	701	29.6	26.6		
22 木	ココア ロールパン	○		コーンクリーム煮 ハムのマリネ	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、 ロースハム	ココアロールパン、 じゃがいも、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ、 キャベツ、きゅうり、 レモン果汁	696	31.9	30.3		
23 金	麦ごはん	○		豚肉のしょうが焼き 大豆の五目煮	牛乳、豚肉、鶏肉、 ちくわ、だいず	精白米、白麦、でん粉、 菜種油、砂糖	たまねぎ、しょうが、 こんにゃく、にんじん、 ごぼう、さやいんげん	661	39.1	18.9		
26 月	背割り ミルクパン	○		ウイナーソーテー コンソメスープ きゅうり	牛乳、 ポークウイナー、 鶏肉	背割りミルクパン、 砂糖、でん粉、 じゃがいも、菜種油	にんじん、キャベツ、 たまねぎ、パセリ、きゅうり	677	33.5	33.9		
27 火	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ 中濃ソース	えびカツレツ みそ煮	牛乳、 のりかつおふりかけ、 エビカツレツ、豚肉、 赤だしみそ	精白米、白麦、菜種油、 じゃがいも、砂糖	にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、さやいんげん、 しょうが	649	25.9	15.8		
28 水	ミルク クレセント ロールパン	○		和風スパゲッティ うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉、ベーコン	ミルククレセントロールパン、 スパゲッティ、バター、 砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、にんにく、 キャベツ、きゅうり、もやし、 梅干し	652	26.2	22.4		
29 木	麦ごはん	○		キーマカレー 野菜ソーテー みかんジュース	牛乳、鶏肉、だいず、 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、 なす、にんにく、キャベツ、 ピーマン、コーン、 みかんジュース	730	28.5	18.2		
30 金	ほうれんそう パン	○		ホキのマヨネーズ焼き かぼちゃのスープ煮	牛乳、ホキ、鶏肉	ほうれんそうパン、 マヨネーズ、菜種油	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、コーン、 えだまめ	663	39.8	26.6		
* 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。								6月分平均栄養量		659	31.0	22.3

★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、ご不明な点がござい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。



まいとし がつ  
毎年6月は、  
「食育月間」

まいつき にち  
毎月19日は、  
「食育の日」

2005年(平成17年)に制定された食育基本法では、子どもたちが豊かな人間性を  
はぐくみ、生きる力を身につけていくためには、何よりも「食」が重要であるとして  
います。



家庭では、こんな食育を！ ～できることから始めよう～



えいよう  
栄養バランスを意識する



しゅん しょくざい つか  
旬の食材を使う



きょうどりょうり ぎょうじしょく  
郷土料理や行事食を  
とり入れる



かぞく しょくたく かけ  
家族で食卓を囲む

食べられる分だけ  
買ったり注文したりする。



しょくひん へ  
食品ロスを減らす