



2023年8月・9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)
29	火	麦ごはん	○	チキンカレー 野菜ソテー パイン & ピーチ	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、 さやいんげん、コーン、 黄桃、パインアップル	555	22.2	14.4
30	水	横割り ミルク 丸パン	○	コロッケ ラタトゥイユ ポイルキャベツ	牛乳、鶏肉、ベーコン	横割りミルク丸パン、 野菜コロッケ、菜種油	かぼちゃ、にんじん、 トマト、たまねぎ、 なす、ピーマン、 にんにく、キャベツ	508	23.4	17.8
31	木	麦ごはん	○	防災食 さばの味噌煮 五目汁	牛乳、 のりたまごふりかけ、 さばのみそ煮、 鶏肉、豆腐、油揚げ	精白米、白麦、でん粉	にんじん、たいこん、 干しいたけ、青ねぎ	595	33.2	23.8
1	金	福岡の かぼちゃ パン	○	マカロニのクリーム煮 ツナドレッシングサラダ	牛乳、ベーコン、 脱脂粉乳、ツナ油漬け	かぼちゃパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 レモン果汁、キャベツ、 きゅうり	562	20.1	26.8
4	月	麦ごはん	○	えびカツレツ 豚肉のオイスターソース炒め	牛乳、エビカツレツ、 豚肉	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 きくらげ、にんにく	526	21.4	16.7
5	火	パインパン	○	ポークビーンズ 野菜サラダ	牛乳、豚肉、だいず	パインパン、じゃがいも、 菜種油、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、 トマト、コーン、 キャベツ、きゅうり	510	22.7	20.1
6	水	かやく ご飯	○	いわしの梅煮 みそ汁	牛乳、鶏肉、しらす干し、 いわしの梅煮、豆腐、 わかめ、麦みそ、みみそ	精白米、白麦、菜種油	にんじん、ごぼう、 干しいたけ、 だいこん、たまねぎ、 青ねぎ	531	28.1	18.1
7	木	食パン	○	パブリカ煮 コーンソテー	牛乳、鶏肉、 ロースハム	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、キャベツ、 コーン、もやし	494	23.0	19.3
8	金	麦ごはん	○	焼き肉 わかめスープ 能古島産甘夏ゼリー	牛乳、牛肉、麦みそ、 鶏肉、わかめ	精白米、白麦、 でん粉、砂糖、 白ごま、菜種油	たまねぎ、にんじん、 ピーマン、しょうが、 にんにく、りんご、 青ねぎ、 甘夏ゼリー	498	24.6	15.3
11	月	チーズ パン	○	スパゲッティナポリタン うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉	チーズパン、 スパゲッティ、バター、 砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、 ピーマン、マッシュルーム、 にんにく、トマト、 キャベツ、きゅうり、 もやし、梅干し	522	22.5	17.8
12	火	麦ごはん	○	レバーとじゃがいもの 甘みそからめ 太平燕	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 米みそ、豚肉、 むきえび、うずら卵	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、たけのこ、 きくらげ、チンゲンサイ	536	23.1	16.8

9月1日～9月7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」～災害に備えて備蓄を始めよう～

災害は、いつ起こるか分かりません。大きな災害が起こると、水道やガスなど、暮らしに欠かせないライフラインが止まること
があります。いざという時のために、3日分の食料や水、生活物資を備蓄しておきましょう。

8月31日は防災食の献立です。この機会に、ご家庭でも防災や備蓄を考えてみてください。

ローリングストック

少し多めに買い置きをして、賞味期限が早いものから食べて買い足すことで、常に一定の食品を簡単に備蓄できる方法です。主に災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常で使用し、災害時にも使えるものをバランス良く備蓄することが大事です。



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)	脂質 (g)		
13	水	背割り ミルクパン	○		ウイナーソーテー スー プ 煮 ★きゅうりのレモン酢あえ	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、たまねぎ、 コーン、パセリ、 きゅうり、レモン果汁	530	25.8	25.2		
14	木	麦ごはん	○		豆腐の中華煮 小松菜の炒め物	牛乳、豆腐、豚肉、 油揚げ	精白米、小麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、ごま油、白ごま	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ、にんにく、 しょうが、こまつな、 キャベツ、もやし、 コーン	483	23.2	17.3		
15	金	キャロット パン	○		ホキのチーズソース焼き 夏野菜のポトフ みかんジュース	牛乳、ホキ、脱脂粉乳、 チーズ、鶏肉	キャロットパン、小麦粉、 バター、菜種油	かぼちゃ、トマト、 たまねぎ、なす、 えだまめ、 みかんジュース	567	30.7	20.2		
19	火	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		★もずく井 とうがんのスープ	牛乳、豚肉、だいず、 鶏卵、もずく、鶏肉	精白米、小麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、 しめじ、青ねぎ、 しょうが、とうがん、 干しいたけ、こまつな	486	23.9	14.4		
20	水	ぶどうパン	○		鶏肉のマリネ焼き カ レ ー 煮 豆乳レモンムース	牛乳、鶏肉、ベーコン、 豆乳レモンムース	ぶどうパン、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、パセリ	545	27.9	19.5		
21	木	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		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、 赤だしみそ、豚肉、 だいず、てんぷら、 ひじき	精白米、小麦、 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	566	28.6	17.2		
22	金	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ	高野豆腐のうま煮 し ら す あ え	牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、しらす干し、 わかめ	精白米、小麦、 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、 えだまめ、しょうが、 キャベツ、きゅうり	472	24.9	12.4		
25	月	麦ごはん	○		揚げ鶏のレモン風味 野 菜 の み そ 炒 め	牛乳、鶏肉、豚肉、 赤だしみそ	精白米、小麦、 小麦粉、菜種油、 でん粉、砂糖	レモン果汁、キャベツ、 にんじん、たまねぎ、 さやいんげん、にんにく	556	33.4	16.7		
26	火	ミルク クレセント ロールパン	○		オムレツ・デミグラスソースかけ コ ン ソ メ ス ー プ ヨ ー グ ル ト	牛乳、 ブレンオムレツ、 ベーコン、ヨーグルト	ミルククレセントロールパン、 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	518	22.9	21.4		
27	水	麦ごはん	○	野菜 ふりかけ	さばのごまだれかけ 具 う ど ん	牛乳、さば、鶏肉、 かまぼこ、油揚げ	精白米、小麦、 砂糖、白ごま、 でん粉、乾めん	野菜ふりかけ、しょうが、 にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、青ねぎ	584	31.9	19.5		
28	木	ワンローフ型 食パン	○	いちじく ジャム	かぼちゃのスープ煮 ツ ナ サ ラ ダ	牛乳、鶏肉、 ツナ油揚げ	ワンローフ型食パン、 いちじくジャム、 菜種油、マヨネーズ	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、パセリ、 レモン果汁、キャベツ、 きゅうり	504	23.3	20.7		
29	金	麦ごはん	○		豚肉のしょうが焼き 里 芋 の う ま 煮 月 見 ゼ リ ー	牛乳、豚肉、牛肉	精白米、小麦、 でん粉、さといも、 菜種油、砂糖	たまねぎ、しょうが、 こんにゃく、にんじん、 さやいんげん、 月見ゼリー	539	24.5	15.6		
* 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。								8月・9月分平均栄養量			530	25.4	18.6

★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。

9月29日は中秋の名月

つきみ ちゅうしゅう めいげつ
月見は中秋の名月（十五夜・旧暦の8月15日）と後の名月（十三夜・旧暦の9月13日）に行われます。江戸時代の後期頃から、月見には月見だんごを供えるようになりました。それ以前には、十五夜にはいもを、十三夜には豆を供えていたことから、十五夜を「芋名月」、十三夜を「豆名月」ともいいます。9月29日の献立には、月見ゼリーが登場します。





2023年8月・9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 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)
29	火	麦ごはん	○	チキンカレー 野菜ソテー パイン & ピーチ	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、 さやいんげん、コーン、 黄桃、パインアップル	712	27.7	17.0
30	水	横割り ミルク 丸パン	○	中濃ソース コロッケ ラタトゥイユ ポイルキャベツ	牛乳、鶏肉、ベーコン	横割りミルク丸パン、 野菜コロッケ、菜種油	かぼちゃ、にんじん、 トマト、たまねぎ、 なす、ピーマン、 にんにく、キャベツ	627	28.9	20.3
31	木	麦ごはん	○	のりたまご ふりかけ 五目汁	牛乳、 のりたまごふりかけ、 さばのみそ煮、 鶏肉、豆腐、油揚げ	精白米、白麦、でん粉	にんじん、たいこん、 干しいたけ、青ねぎ	709	37.3	24.7
1	金	福岡の かぼちゃ パン	○	マカロニのクリーム煮 ツナドレッシングサラダ	牛乳、ベーコン、 脱脂粉乳、ツナ油漬け	かぼちゃパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、パセリ、 レモン果汁、キャベツ、 きゅうり	687	24.1	32.5
4	月	麦ごはん	○	中濃ソース えびカツレツ 豚肉のオイスターソース炒め	牛乳、エビカツレツ、 豚肉	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 きくらげ、にんにく	627	25.1	17.8
5	火	パインパン	○	ポークビーンズ 野菜サラダ	牛乳、豚肉、だいず	パインパン、じゃがいも、 菜種油、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、 トマト、コーン、 キャベツ、きゅうり	623	27.3	24.2
6	水	かやく ご飯	○	いわしの梅煮 みそ汁	牛乳、鶏肉、しらす干し、 いわしの梅煮、豆腐、 わかめ、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油	にんじん、ごぼう、 干しいたけ、 だいこん、たまねぎ、 青ねぎ	628	32.1	19.2
7	木	食パン	○	黒豆きな粉 スプレッド パブリカ煮 コーンソテー	牛乳、鶏肉、 ロースハム	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、キャベツ、 コーン、もやし	622	29.2	22.0
8	金	麦ごはん	○	焼き肉 わかめスープ 能古島産甘夏ゼリー	牛乳、牛肉、麦みそ、 鶏肉、わかめ	精白米、白麦、 でん粉、砂糖、 白ごま、菜種油	たまねぎ、にんじん、 ピーマン、しょうが、 にんにく、りんご、 青ねぎ、 甘夏ゼリー	621	30.2	17.7
11	月	チーズ パン	○	スパゲッティナポリタン うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉	チーズパン、 スパゲッティ、バター、 砂糖、菜種油	にんじん、たまねぎ、 ピーマン、マッシュルーム、 にんにく、トマト、 キャベツ、きゅうり、 もやし、梅干し	640	27.3	20.8
12	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 太平燕	牛乳、ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 米みそ、豚肉、 むきえび、うずら卵	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、たけのこ、 きくらげ、チンゲンサイ	693	28.7	20.0

9月1日～9月7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」～災害に備えて備蓄を始めよう～

災害は、いつ起こるか分かりません。大きな災害が起こると、水道やガスなど、暮らしに欠かせないライフラインが止まること
があります。いざという時のために、3日分の食料や水、生活物資を備蓄しておきましょう。

8月31日は防災食の献立です。この機会に、ご家庭でも防災や備蓄を考えてみてください。

ローリングストック

少し多めに買い置きをして、賞味期限が早いものから食べて買い足すことで、常に一定の食品を簡単に備蓄できる方法です。主に災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常で使用し、災害時にも使えるものをバランス良く備蓄することが大事です。



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)	脂質 (g)		
13	水	背割り ミルクパン	○		ウイナーソーテー スー プ 煮 ★きゅうりのレモン酢あえ	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、たまねぎ、 コーン、パセリ、 きゅうり、レモン果汁	711	33.8	34.1		
14	木	麦ごはん	○		豆腐の中華煮 小松菜の炒め物	牛乳、豆腐、豚肉、 油揚げ	精白米、小麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、ごま油、白ごま	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ、にんにく、 しょうが、こまつな、 キャベツ、もやし、 コーン	613	28.5	20.3		
15	金	キャロット パン	○		ホキのチーズソース焼き 夏野菜のポトフ みかんジュース	牛乳、ホキ、脱脂粉乳、 チーズ、鶏肉	キャロットパン、小麦粉、 バター、菜種油	かぼちゃ、トマト、 たまねぎ、なす、 えだまめ、 みかんジュース	665	37.7	22.8		
19	火	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		★もずく井 とうがんのスープ	牛乳、豚肉、だいず、 鶏卵、もずく、鶏肉	精白米、小麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、緑豆春雨	にんじん、たまねぎ、 しめじ、青ねぎ、 しょうが、とうがん、 干しいたけ、こまつな	636	30.2	16.7		
20	水	ぶどうパン	○		鶏肉のマリネ焼き カ レ ー 煮 豆乳レモンムース	牛乳、鶏肉、ベーコン、 豆乳レモンムース	ぶどうパン、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、パセリ	647	34.4	22.1		
21	木	麦ごはん (ヒノヒカリ)	○		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、 赤だしみそ、豚肉、 だいず、てんぷら、 ひじき	精白米、小麦、 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	680	33.2	18.8		
22	金	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ	高野豆腐のうま煮 し ら す あ え	牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、しらす干し、 わかめ	精白米、小麦、 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、 えだまめ、しょうが、 キャベツ、きゅうり	613	31.0	13.9		
25	月	麦ごはん	○		揚げ鶏のレモン風味 野 菜 の み そ 炒 め	牛乳、鶏肉、豚肉、 赤だしみそ	精白米、小麦、 小麦粉、菜種油、 でん粉、砂糖	レモン果汁、キャベツ、 にんじん、たまねぎ、 さやいんげん、にんにく	658	36.6	17.7		
26	火	ミルク グ レ セ ン ト ロ ー ル パ ン	○		オムレツ・デミグラスソースかけ コ ン ソ メ ス ー プ ヨ ー グ ル ト	牛乳、 ブレンオムレツ、 ベーコン、ヨーグルト	ミルクグレンツロールパン、 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	619	26.3	24.2		
27	水	麦ごはん	○	野菜 ふりかけ	さばのごまだれかけ 具 う ど ん	牛乳、さば、鶏肉、 かまぼこ、油揚げ	精白米、小麦、 砂糖、白ごま、 でん粉、乾めん	野菜ふりかけ、しょうが、 にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、青ねぎ	725	38.5	22.0		
28	木	ワンローフ型 食パン	○	いちじく ジャム	かぼちゃのスープ煮 ツ ナ サ ラ ダ	牛乳、鶏肉、 ツナ油揚げ	ワンローフ型食パン、 いちじくジャム、 菜種油、マヨネーズ	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、パセリ、 レモン果汁、キャベツ、 きゅうり	647	29.5	25.5		
29	金	麦ごはん	○		豚肉のしょうが焼き 里 芋 の う ま 煮 月 見 ゼ リ ー	牛乳、豚肉、牛肉	精白米、小麦、 でん粉、さといも、 菜種油、砂糖	たまねぎ、しょうが、 こんにゃく、にんじん、 さやいんげん、 月見ゼリー	678	30.7	18.1		
* 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。								8月・9月分平均栄養量			656	30.8	21.4

★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。

9月29日は中秋の名月

つきみ ちゅうしゅう めいげつ
月見は中秋の名月(十五夜・旧暦の8月15日)と後の名月(十三夜・旧暦の9月13日)に行われます。江戸時代の後期頃から、月見には月見だんごを供えるようになりました。それ以前には、十五夜にはいもを、十三夜には豆を供えていたことから、十五夜を「芋名月」、十三夜を「豆名月」ともいいます。9月29日の献立には、月見ゼリーが登場します。

