



2024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)
3	月	黒糖パン	○				煮 ミートボールのクリーム コーンソテー	牛乳、ミートボール、 脱脂粉乳、 ツナ油漬け	黒糖パン、マカロニ、 菜種油、バター、 小麦粉	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、キャベツ、 コーン、もやし	519	22.4	20.6
4	火	中華ご飯	○				揚げ魚の梅ソースかけ すまし汁	牛乳、豚肉、 ホキ天ぷら、豆腐、 かまぼこ、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、 えだまめ、しょうが、 梅干し、青ねぎ	526	27.7	18.0
5	水	★背割り チーズ パン	○				ウインナーソテー スープ煮 ポイルキャベツ	牛乳、 ポークウインナー、 鶏肉	背割りチーズパン、 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、 キャベツ	544	24.7	27.4
6	木	麦ごはん	○				麻婆豆腐 黄花湯(ホワンホワタン)	牛乳、豆腐、豚肉、 たいず、赤だしみそ、 鶏卵、かまぼこ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、ごま油	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、青ねぎ、 しょうが、にんにく、 ほうれんそう	492	25.5	17.7
7	金	ミルク クレセント ロール パン	○				鶏肉のマリネ焼き ★焼きそば みかんジュース	牛乳、鶏肉、豚肉、 てんぷら、かつお節	ミルククレセントロールパン、 でん粉、砂糖、 菜種油、中華めん	たまねぎ、しょうが、 にんじん、キャベツ、 もやし、青ねぎ、 みかんジュース	607	33.3	15.4
10	月	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮			豆腐のうま煮 甘酢あえ	牛乳、 ひじきのつくだ煮、 豆腐、鶏肉、油揚げ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 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、キャベツ、 きゅうり	530	24.1	17.0
11	火	麦ごはん	○				豚肉のおかか焼き かぼちゃの煮物	牛乳、豚肉、 かつお節、鶏肉	精白米、白麦、 でん粉、 乳化ドレッシング、 菜種油、砂糖	たまねぎ、かぼちゃ、 こんにゃく、にんじん、 えだまめ	562	27.5	20.8
12	水	麦ごはん	○				中華丼 わかめスープ	牛乳、豚肉、 むきえび、豆腐、 わかめ、かまぼこ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 ごま油、でん粉	にんじん、キャベツ、 たまねぎ、たけのこ、 チンゲンサイ、しょうが、 にんにく、青ねぎ	462	23.4	12.9
13	木	食パン	○	ビーンズ スプレッド			★ホキのみそチーズソース焼き パブリカ煮	牛乳、ホキ、米みそ、 チーズ、鶏肉	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、たまねぎ、 えだまめ	551	31.6	23.0
14	金	麦ごはん	○	中濃ソース			コロッケ 中華野菜炒め ヨーグルト	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	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、しょうが、 にんにく	533	19.7	16.3
17	月	ぶどう パン	○				コーンクリーム煮 フレンチサラダ	牛乳、鶏肉、 脱脂粉乳、 ロースハム	ぶどうパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ、 キャベツ、きゅうり	516	24.9	18.6

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。

よくかむと、だ液がたくさん出て、食べ物ののみこみや消化吸収を助けます。

また、脳の中の「満腹中枢」が刺激されて、食べ過ぎを防ぎます。

ほかにも体によいことがたくさんあります。食べるときに、かむことを意識してみましょう。

また、食後の歯みがきもむし歯予防のために大切なことです。早めの歯磨きで虫歯を予防しましょう。



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)		
18	火	麦ごはん (市内産米)	○	抹茶 ふりかけ	いわしのしょうが煮 みそ煮	牛乳、 いわしのしょうが煮、 豚肉、赤だしみそ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	抹茶ふりかけ、 にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、 さやいんげん、しょうが	552	25.1	17.8		
19	水	パン	○		夏野菜のポトフ ツナサラダ	牛乳、ベーコン、 ツナ油漬け	パンパン、菜種油、 乳化ドレッシング	かぼちゃ、トマト、 たまねぎ、なす、 えだまめ、レモン果汁、 にんじん、キャベツ、 きゅうり	508	18.6	23.9		
20	木	麦ごはん	○		キーマカレー 野菜ソテー パインアップル	牛乳、鶏肉、だいず、 脱脂粉乳、チーズ、 ちくわ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油	たまねぎ、にんじん、 なす、トマト、にんにく、 キャベツ、もやし、 コーン、パインアップル	536	21.9	13.7		
21	金	ほうれんそう パン	○		揚げ鶏のレモン風味 ミネストラスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン	ほうれんそうパン、 小麦粉、でん粉、 菜種油、砂糖、 じゃがいも	レモン果汁、にんじん、 たまねぎ、トマト、 セロリー、パセリ	589	31.5	24.6		
24	月	麦ごはん	○		高野豆腐の八目煮 酢みそあえ	牛乳、鶏肉、 高野豆腐、鶏卵、 しらす干し、ちくわ、 油揚げ、わかめ、 みそ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、白ごま	にんじん、たまねぎ、 さやいんげん、 干しいたけ、キャベツ	473	24.2	14.3		
25	火	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ	レバーとじゃがいもの揚げ煮 もずくスープ	牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏レバーのから揚げ、 豆腐、もずく、かまぼこ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう	475	21.0	14.1		
26	水	麦ごはん	○		土佐煮 ひじきとキャベツのごま炒め	牛乳、豚肉、ちくわ、 かつお節、油揚げ、 ひじき	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、白ごま	こんにゃく、にんじん、 たけのこ、さやいんげん、 キャベツ、こまつな	473	21.0	14.8		
27	木	柏型 ミルクパン	○		チリコンカーン うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉、 だいず、チキン水煮	柏型ミルクパン、 菜種油、砂糖	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 きゅうり、もやし、 梅干し	518	25.7	21.3		
28	金	麦ごはん	○		さばのごまだれかけ カレーうどん	牛乳、さば、鶏肉	精白米、白麦、 砂糖、白ごま、 でん粉、うどん	しょうが、にんじん、 たまねぎ、青ねぎ	571	32.8	20.9		
* 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			527	25.3	18.7

★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。

* 無農薬農法で作られた環境にやさしい市内産の米(赤とんぼ米)を一部使用しています。



がつ しょくいくげっかん
6月は食育月間です



食育は、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものです。

たとえば・・・食育でこんなことに取り組んでみませんか？

共食 1 みんなで楽しく食べよう

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。

歯や口腔の健康 5 よくかんで食べよう

口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。

災害への備え 7 災害にそなえよう

いつ起こるかもしれない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。

環境への配慮 8 食べ残しをなくそう

環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。



2024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)
3	月	黒糖パン	○			煮	牛乳、ミートボール、 脱脂粉乳、 ツナ油漬け	黒糖パン、マカロニ、 菜種油、バター、 小麦粉	にんじん、たまねぎ、 えだまめ、キャベツ、 コーン、もやし	634	27.3	24.4
4	火	中華ご飯	○			かけ	牛乳、豚肉、 ホキ天ぷら、豆腐、 かまぼこ、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、 えだまめ、しょうが、 梅干し、青ねぎ	621	31.8	19.8
5	水	★背割り チーズ パン	○			煮	牛乳、 ポークウインナー、 鶏肉	背割りチーズパン、 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、 キャベツ	730	32.4	37.2
6	木	麦ごはん	○			煮	牛乳、豆腐、豚肉、 たいず、赤だしみそ、 鶏卵、かまぼこ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、ごま油	にんじん、たまねぎ、 干しいたけ、青ねぎ、 しょうが、にんにく、 ほうれんそう	627	31.7	20.9
7	金	ミルク クレセント ロール パン	○			焼き	牛乳、鶏肉、豚肉、 てんぷら、かつお節	ミルククレセントロールパン、 でん粉、砂糖、 菜種油、中華めん	たまねぎ、しょうが、 にんじん、キャベツ、 もやし、青ねぎ、 みかんジュース	730	41.2	17.9
10	月	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮		煮	牛乳、 ひじきのつくだ煮、 豆腐、鶏肉、油揚げ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 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、キャベツ、 きゅうり	687	30.0	20.1
11	火	麦ごはん	○			焼き	牛乳、豚肉、 かつお節、鶏肉	精白米、白麦、 でん粉、 乳化ドレッシング、 菜種油、砂糖	たまねぎ、かぼちゃ、 こんにゃく、にんじん、 えだまめ	722	34.6	24.9
12	水	麦ごはん	○			煮	牛乳、豚肉、 むきえび、豆腐、 わかめ、かまぼこ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 ごま油、でん粉	にんじん、キャベツ、 たまねぎ、たけのこ、 チンゲンサイ、しょうが、 にんにく、青ねぎ	605	29.3	14.6
13	木	食パン	○	ビーンズ スプレッド		焼き	牛乳、ホキ、米みそ、 チーズ、鶏肉	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、たまねぎ、 えだまめ	662	36.8	25.2
14	金	麦ごはん	○	中濃ソース		炒め	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	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、しょうが、 にんにく	663	24.3	18.1
17	月	ぶどう パン	○			煮	牛乳、鶏肉、 脱脂粉乳、 ロースハム	ぶどうパン、 マカロニ、菜種油、 バター、小麦粉、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 コーン、パセリ、 キャベツ、きゅうり	628	30.6	21.9

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。

よくかむと、だ液がたくさん出て、食べ物ののみこみや消化吸収を助けます。

また、脳の中の「満腹中枢」が刺激されて、食べ過ぎを防ぎます。

ほかにも体によいことがたくさんあります。食べるときに、かむことを意識してみましょう。

また、食後の歯みがきもむし歯予防のために大切なことです。早めの歯磨きで虫歯を予防しましょう。



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)
18 火	麦ごはん (市内産米)	○	抹茶 ふりかけ	いわしのしょうが煮 み そ 煮	牛乳、 いわしのしょうが煮、 豚肉、赤だしみそ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	抹茶ふりかけ、 にんじん、たまねぎ、 こんにゃく、 さやいんげん、しょうが	681	29.1	19.3
19 水	パン	○	夏野菜のポトフ ツ ナ サ ラ ダ	牛乳、ベーコン、 ツナ油揚げ	パン、 乳化ドレッシング	かぼちゃ、トマト、 たまねぎ、なす、 えだまめ、レモン果汁、 にんじん、キャベツ、 きゅうり	619	21.6	28.9	
20 木	麦ごはん	○	キーマカレー 野菜ソテー パインアップル	牛乳、鶏肉、だいず、 脱脂粉乳、チーズ、 ちくわ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油	たまねぎ、にんじん、 なす、トマト、にんにく、 キャベツ、もやし、 コーン、パインアップル	691	27.1	15.9	
21 金	ほうれんそう パン	○	揚げ鶏のレモン風味 ミネストラスープ	牛乳、鶏肉、ベーコン	ほうれんそうパン、 小麦粉、でん粉、 菜種油、砂糖、 じゃがいも	レモン果汁、にんじん、 たまねぎ、トマト、 セロリー、パセリ	671	33.6	27.7	
24 月	麦ごはん	○	高野豆腐の八目煮 酢 み そ あ え	牛乳、鶏肉、 高野豆腐、鶏卵、 しらす干し、ちくわ、 油揚げ、わかめ、 みみそ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉、白ごま	にんじん、たまねぎ、 さやいんげん、 干しいたけ、キャベツ	600	29.9	16.1	
25 火	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ も ず く ス ー プ	レバーとじゃがいもの揚げ煮 牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏レバーのから揚げ、 豆腐、もずく、かまぼこ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう	616	25.8	16.1	
26 水	麦ごはん	○	土 佐 煮 ひじきとキャベツのごま炒め	牛乳、豚肉、ちくわ、 かつお節、油揚げ、 ひじき	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、白ごま	こんにゃく、にんじん、 たけのこ、さやいんげん、 キャベツ、こまつな	603	25.8	17.0	
27 木	柏型 ミルクパン	○	チリコンカーン うめドレッシングサラダ	牛乳、豚肉、 だいず、チキン水煮	柏型ミルクパン、 菜種油、砂糖	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 きゅうり、もやし、 梅干し	676	32.9	26.5	
28 金	麦ごはん	○	さばのごまだれかけ カレールどん	牛乳、さば、鶏肉	精白米、白麦、 砂糖、白ごま、 でん粉、うどん	しょうが、にんじん、 たまねぎ、青ねぎ	666	37.1	21.9	
* 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			657	30.6	21.7

★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。

* 無農薬農法で作られた環境にやさしい市内産の米(赤とんぼ米)を一部使用しています。



が つ し ゅ く い く げ っ か ん
6月 は 食 育 月 間 だ す



食育は、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものです。

たとえば・・・食育でこんなことに取り組んでみませんか？

共食

1 みんなで楽しく食べよう

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。

歯や口腔の健康

5 よくかんで食べよう

口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。

災害への備え

7 災害にそなえよう

いつ起こるかもしれない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。

環境への配慮

8 食べ残しをなくそう

環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。