

2024年6月 福岡市学校給食献立表 (特別支援学校)

福岡市教育委員会

日	曜	はし	牛乳	献立名	主 な 材 料			栄 養 量		
					おもに体の組織をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーになる	エネルギー kcal ※()内は小学部です。	たんぱく質 g	脂質 g
3	月		○	柏型ミルクパン チリコンカーン ポトフ 豆乳レモンムース <small>世界の料理(メキシコ)</small>	豚肉 大豆 鶏肉 牛乳	人参 玉ねぎ にんにく キャベツ	柏型ミルクパン じゃがいも 菜種油 豆乳レモンムース	748 (595)	35.0 (28.0)	28.7 (23.9)
4	火	○	○	麦ご飯 さばのさっぱり煮 鳴門煮 きゅうりの塩もみ 大豆昆布 大豆昆布 大豆昆布 大豆昆布 <small>新献立</small> <small>郷土料理(徳島県)</small> <small>歯と口の健康週間</small>	さば 豚肉 いか ちくわ 大豆昆布 牛乳 茎わかめ	人参 しょうが こんにやく たけのこ きゅうり	米 白麦 砂糖 でん粉 じゃがいも 菜種油	735 (596)	32.5 (28.7)	24.2 (23.2)
5	水		●	背割り米粉パン ウインナーソテー パプリカ煮 キャベツソテー 一食フィッシュ	ポークウインナー 鶏肉 牛乳 一食フィッシュ	人参 玉ねぎ 枝豆 キャベツ	背割り米粉パン 砂糖 でん粉 じゃがいも 菜種油	794 (598)	38.3 (29.0)	34.0 (27.6)
6	木		○	麦ご飯 キーマカレー ごぼうサラダ ハスカップゼリー <small>季節の献立</small>	鶏肉 大豆 牛乳 脱脂粉乳	人参 玉ねぎ なす にんにく キャベツ きゅうり コーン ごぼう ハスカップゼリー	米 白麦 じゃがいも 菜種油 白ごま マヨネーズ	790 (616)	22.7 (18.8)	24.9 (21.1)
7	金	○	○	チーズツイスト 春巻 鶏肉のフォー ツナドレッシングサラダ <small>世界の料理(ベトナム)</small>	鶏肉 ツナ油漬け 牛乳	青ねぎ 人参 春巻 玉ねぎ もやし たけのこ きくらげ しょうが レモン キャベツ きゅうり	チーズツイスト ビーフン 砂糖 菜種油	707 (586)	28.1 (23.6)	29.4 (26.4)
10	月	○	○	麦ご飯 かれのいの香味ソースかけ 肉じゃが 野菜の甘酢漬	かれい 豚肉 牛乳	青ねぎ 人参 さやいんげん 玉ねぎ こんにやく キャベツ きゅうり	米 白麦 砂糖 でん粉 じゃがいも 菜種油 ごま油	668 (525)	31.5 (27.7)	15.1 (13.6)
11	火	○	○	麦ご飯 抹茶ふりかけ レバーと大豆のから揚げ ワンタンスープ 切干し大根の炒め煮	鶏レバーのから揚げ 大豆 豚肉 油揚げ 牛乳	抹茶ふりかけ 人参 小松菜 玉ねぎ もやし 干しいたけ にんにく 切干し大根	米 白麦 小麦粉 ワンタンの皮 砂糖 菜種油	699 (543)	29.3 (24.6)	20.2 (18.2)
12	水	○	○	麦ご飯 テジブルコギ わかめスープ 厚揚げのオイスターソース炒め <small>世界の料理(韓国)</small>	豚肉 鶏肉 厚揚げ 牛乳 わかめ	人参 にはら チンゲンサイ 玉ねぎ もやし しょうが にんにく りんご 干しいたけ えのきたけ	米 白麦 砂糖 でん粉 白ごま 菜種油	674 (513)	28.9 (23.7)	20.9 (18.0)
13	木		○	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 ♥アスパラサラダ ヨーグルト	豚肉 大豆 チキン水煮 牛乳 ヨーグルト	人参 トマト グリーンアスパラガス 玉ねぎ なす にんにく キャベツ コーン	ミルククレセントロールパン スパゲッティ 菜種油 マヨネーズ	729 (617)	32.0 (27.4)	25.0 (21.4)
14	金	○	○	麦ご飯 きびなごフライ・中濃ソース ♥豚肉とごぼうの炒り煮 和風あえ	豚肉 かつお節 牛乳 きびなごフライ わかめ	人参 さやいんげん こんにやく たけのこ ごぼう キャベツ きゅうり	米 白麦 砂糖 菜種油	697 (537)	29.2 (24.0)	19.0 (16.4)

○ 食物アレルギー等に対応する情報提供として、「使用する食材料をより詳細に記した献立表」を別途作成しています。
また、糖尿病等で食事制限を必要とされるお子様については、使用する食材料、量を表記した「基準献立表」を作成しています。
ご利用の方は、学校にお申し出ください。なお、詳細献立表につきましては、「福岡市学校給食 詳細献立表」で検索してください。
○ ♥ 季節の料理や野菜・果物 ○ ☺ 生徒が考えた献立 ○ ▼ 福岡地場産品使用献立
○ 牛乳は○200mL ●300mLで表示しています。※小学部の牛乳は毎日200mLです。

<新献立・能古島産甘夏マーマレードのコロコロチキンについて>

昨年度の第14回学校給食コンテストで、優秀賞を受賞した老司中学校 3年生 宮本 あかりさんの「能古島甘夏マーマレードのコロコロチキン」を給食用にアレンジしたものです。

今月の食材の予定産地

- 主食 麦ご飯、米粉パン…福岡県産
- 18日(火)に使用する米は福岡市内産です。食材料名に◎がある日です。無農薬農法で作られた環境にやさしい市内産米(赤とんぼ米)を一部使用しています。パン…カナダ、アメリカ産小麦粉
- 牛乳 九州産
- 肉類 鶏肉、豚肉…九州産

○主な野菜類

種 類	主 な 産 地	種 類	主 な 産 地	種 類	主 な 産 地
キャベツ	福岡、熊本、鹿児島、宮崎、大分	人参	長崎、熊本、大分、宮崎	グリーンアスパラガス	福岡、佐賀、長崎、熊本
きゅうり	佐賀、福岡、宮崎、熊本、鹿児島	ごぼう	熊本、鹿児島、宮崎、大分	しょうが	長崎、熊本、高知
にら	大分、宮崎、福岡、熊本、長崎	じゃがいも	長崎、熊本、佐賀、宮崎	パセリ	福岡、大分、佐賀
ミニトマト	熊本、長崎、宮崎、福岡、鹿児島	チンゲンサイ	福岡、大分、佐賀、熊本	青ねぎ	福岡、佐賀、大分
玉ねぎ	佐賀、長崎、熊本、鹿児島	なす	福岡、熊本、大分、宮崎	小松菜	福岡

※生産量との関係もありますが、できるだけ市内産、県内産、九州産を使用するよう今後も努めていきます。
※ホームページでは加工品原材料についても情報提供を行っています。「福岡市学校給食 産地」で検索してください。

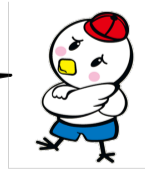
日 曜	はし	牛乳	献立名	主 な 材 料			栄 養 量		
				おもに体の組織をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーになる	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
17	月	●	横割り丸パン スライスチーズ ハンバーグ ♥ラタトゥイユ ◀世界の料理(フランス) コールスロー	ポークハンバーグ 鶏肉 牛乳 チーズ	人参 かぼちゃ トマト 玉ねぎ なす 枝豆 にんにく キャベツ きゅうり	横割り丸パン 砂糖 でん粉 菜種油	780 (615)	38.5 (30.8)	36.1 (30.0)
18	火	○ ○	麦ご飯 たかなそばろ井 つみれ汁 ツナと春雨のサラダ	豚肉 炒り卵 たちつみれ 豆腐 ツナ油漬け 牛乳 わかめ	たかな漬 人参 にんにく 玉ねぎ 干しいたけ キャベツ きゅうり	◎米 白麦 砂糖 緑豆春雨 菜種油 白ごま	719 (559)	33.1 (27.3)	23.5 (20.5)
19	水	○	ぶどうパン ♥☺▼能古島産甘夏 マーマレードの ◀新献立 コロコロチキン 野菜スープ コーンサラダ	鶏肉 ベーコン 牛乳	人参 パセリ 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	ぶどうパン マーマレード マカロニ じゃがいも 砂糖 菜種油	686 (539)	30.7 (24.9)	26.3 (22.2)
20	木	○ ○	◀沖縄献立 麦ご飯 大豆ふりかけ ☺もずくとえびのかき揚げ ♥ゴーヤチャンプルー ♥パインアップル	大豆ふりかけ えび かまぼこ 豚肉 鶏卵 豆腐 かつお節 牛乳 もずく	人参 玉ねぎ にがうり キャベツ もやし パインアップル	米 白麦 小麦粉 でん粉 菜種油	767 (597)	30.1 (24.7)	24.7 (21.2)
21	金	○	食パン ビーンズスプレッド さばのラビゴットソースかけ コーンスープ 粉ふきいも	さば 鶏肉 牛乳 脱脂粉乳	トマト 人参 パセリ 玉ねぎ コーン	食パン 砂糖 でん粉 じゃがいも ビーンズスプレッド 菜種油	764 (616)	34.4 (29.1)	30.4 (27.6)
24	月	○ ○	麦ご飯 ショウロンポウ・二杯酢 豆腐の中華煮 もやしのナムル	ショウロンポウ 豚肉 豆腐 牛乳	人参 玉ねぎ にんにく もやし	米 白麦 砂糖 でん粉 菜種油 白ごま ごま油	727 (580)	32.2 (27.3)	22.0 (19.9)
25	火	○	麦ご飯 チキンカレー 野菜ソテー ♥ミニトマト	鶏肉 ロースハム 牛乳 脱脂粉乳	人参 ミニトマト 玉ねぎ にんにく キャベツ コーン	米 白麦 じゃがいも 菜種油	685 (527)	24.7 (20.5)	16.2 (14.0)
26	水	○ ○	麦ご飯 チキン南蛮・タルタルソース ◀郷土料理(宮崎県) みそ汁 キャベツの塩昆布あえ	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ 牛乳 わかめ 昆布	人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ	米 白麦 小麦粉 だん粉 砂糖 じゃがいも 菜種油 ノンエッグタルタルソース 白ごま ごま油	761 (632)	28.6 (25.7)	29.0 (28.1)
27	木	○	黒糖パン ☺トマトクリーム煮 寒天サラダ みかんジュース	鶏肉 ツナ油漬け 牛乳 脱脂粉乳 こんにゃく寒天 わかめ	ブロッコリー トマト 玉ねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり みかんジュース	黒糖パン じゃがいも 砂糖 小麦粉 菜種油 バター	707 (561)	29.4 (23.6)	23.5 (19.4)
28	金	○ ○	麦ご飯 いわしの梅煮 大豆と野菜の炒り煮 もやしと小松菜のあえもの	いわしの梅煮 鶏肉 大豆 ちくわ かつお節 牛乳	人参 さやいんげん 小松菜 こんにゃく ごぼう 干しいたけ もやし	米 白麦 じゃがいも 砂糖 菜種油	715 (573)	30.7 (27.1)	19.8 (18.5)
材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。				6月分平均栄養量			728 (576)	31.0 (25.8)	24.6 (21.6)
				福岡市学校給食摂取基準			720 (550)	23.4~ 36.0* (17.9~ 27.5*)	16.0~ 24.0* (12.2~ 18.3*)

・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。
 ・摂取エネルギー全体のたんぱく質は13%~20%、脂質は20%~30%を基準としています。
 ※の値は、中等部720kcal、小学部550kcalの場合の基準量(g)を参考に記載しています。

センター給食
Q&A
みなさんの
素朴な疑問に
お答えします!



学校給食コンテストって何ですか？



学校給食コンテストとは・・・

福岡市内の中学校・特別支援学校(中等部・高等部)の生徒のみなさんに給食のメニューを考えてもらう取り組みで、今年で15回目となります。
 優秀作品は給食に登場する予定になっていますので、ふるってご応募ください！応募用紙は6月下旬に学校へ配布予定です。
 給食に採用されたコンテスト作品は、献立表に☺マークをつけてお知らせしますので、楽しみにしてくださいね。