



2026年2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)
2月	麦ごはん	○		肉じやが ひじきサラダ	牛乳、豚肉、ひじき、油揚げ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖、乳化ドレッシング	こんにゃく、にんじん、たまねぎ、えだまめ、キャベツ、きゅうり	512	19.3	18.8
3火	福岡のかぼちゃパン	○	行事食	★明太子とチーズのオムレツ ★大豆と野菜のミネストローネ	牛乳、鶏卵、からしめんたいこ、豆腐、チーズ、ベーコン、だいす	かぼちゃパン、じゃがいも、菜種油	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、トマト、セロリー、さやいんげん	548	24.5	26.3
4水	麦ごはん	○	二杯酢	シユウマイ 高野豆腐のうま煮	牛乳、ひじきシュウマイ、豚肉、高野豆腐、かまぼこ	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	554	24.4	20.4
5木	麦ごはん	○		チキンカレー ごま炒め ココア	牛乳、鶏肉、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、ココア	たまねぎ、にんじん、にんにく、キャベツ、もやし、こまつな	519	20.2	13.9
6金	麦ごはん	○	天つけ 郷土料理 (北海道)	白身魚の天ぷら どさんこ汁 いよかん	牛乳、ホキ天、ぶら、豚肉、豆腐、わかめ、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、じゃがいも、バター	にんじん、コーン、もやし、青ねぎ、いよかん	516	23.9	16.5
9月	ミルク クロissant ロールパン	○		豚肉のマリネ焼き パプリカ煮 あまおうクレープ	牛乳、豚肉、鶏肉、あまおうクレープ	ミルククロissantロールパン、でん粉、砂糖、菜種油	たまねぎ、しょうが、かぶ、にんじん、えだまめ	585	31.4	23.4
10火	麦ごはん	○		かれいのごまだれかけ 大豆の五目煮 キャベツのゆず風味	牛乳、かれい、鶏肉、だいす、てんぶら、角切昆布	精白米、白麦、砂糖、白ごま、でん粉、菜種油	しょうが、こんにゃく、にんじん、ごぼう、さやいんげん、キャベツ、ゆず果汁	488	31.1	12.9
12木	ぶどうパン	○		えびとこまつなクリーム スパゲッティ 白菜とツナのサラダ	牛乳、ベーコン、むきえび、生クリーム、ツナ油漬け	ぶどうパン、スパゲッティ、バター、砂糖、菜種油	たまねぎ、しめじ、こまつな、にんにく、はくさい、きゅうり、にんじん	580	23.4	23.2
13金	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 春雨スープ	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、緑豆春雨、ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、干しいたけ、たけのこ、チングンサイ	512	20.6	15.0
16月	ワンローフ型 食パン	○	メープル ジャム	かぼちゃのクリーム煮 オーロラドレッシングサラダ	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、チキン水煮	ワンローフ型食パン、メープルジャム、菜種油、バター、小麦粉、砂糖、乳化ドレッシング	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり	525	18.6	21.0
17火	麦ごはん	○	二杯酢 郷土料理 (山形)	さばの大根おろしそえ 芋煮	牛乳、さば、牛肉、油揚げ	精白米、白麦、さといも、砂糖	だいこん、にんじん、こんにゃく、干しいたけ、根深ねぎ	581	27.5	27.6

## 節分

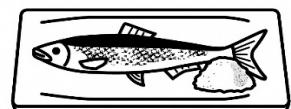
2月3日(火)「立春の前日」



無病息災や商売繁盛を願い、節分に食べられるもの



まい豆



いわし料理



えぼうま 恵方巻き

せつぶん 節分といえば、「豆まき」ですね。「鬼は外、福は内」と言いながら家中や出入り口にまいて、鬼=邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1粒）の豆をたべて1年の幸福を祈ります。

\*給食では、「大豆と野菜のミネストローネ」をせつぶん きょうじょく た 節分の行事食として出しています。



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)	脂質 (g)
18 水	黒糖パン	○		ハンバーグ マカロニスープ ヨーグルト	牛乳、豚肉、豆腐、チーズ、鶏肉、ヨーグルト	黒糖パン、でん粉、バター、乳化ドレッシング、砂糖、マカロニ、菜種油	たまねぎ、にんにく、にんじん、キャベツ、セロリー、ほうれんそう	539	29.3	20.1
19 木	麦ごはん (市内産米)	○	中濃ソース	コロッケ 麻婆だいこん	牛乳、豚肉、だいこん、赤だしみそ	精白米、白麦、野菜コロッケ、菜種油、砂糖、ごま油、でん粉	だいこん、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、青ねぎ、しょうが、にんにく	530	21.4	17.4
20 金	メロンパン	○		タンドリーチキン 冬野菜のポトフ	牛乳、鶏肉、ヨーグルト、ベーコン	メロンパン、でん粉、菜種油、バター	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、かぶ、れんこん、はくさい、セロリー	537	28.8	21.5
24 火	麦ごはん (減量)	○	郷土料理 (長崎)	じゃがツナのおかか焼き ちやんぽん	牛乳、ツナ油漬け、かつお節、豚肉、てんぷら	精白米、白麦、じゃがいも、乳化ドレッシング、中華めん、菜種油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きくらげ、青ねぎ	555	21.9	20.0
25 水	ミルク クレセント ロールパン	○		ハッシュドビーフ えびとブロッコリーのサラダ	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、生クリーム、むきえび	ミルククレセントロールパン、菜種油、バター、小麦粉、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ、にんにく、トマト、キャベツ、ブロッコリー、コーン	537	23.8	24.1
26 木	麦ごはん	○		ねぎ塩豚丼 わかめスープ あまおう	牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、わかめ	精白米、白麦、菜種油、白ごま、ごま油、でん粉	根深ねぎ、もやし、にんじん、たまねぎ、青ねぎ、にんにく、レモン、いちご	501	26.3	15.2
27 金	炊き込み寿司	○	行事食 卒業祝い	福岡産ぶりフライ みそだれかけすまし汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、ぶりフライ、赤だしみそ、豆腐、かまぼこ、わかめ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま	にんじん、たけのこ、干しいたけ、えだまめ、にんにく、たまねぎ、しめじ、青ねぎ	569	27.4	21.1
* 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。				2月分平均栄養量				538	24.7	19.9

★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。

## 郷土料理の紹介 芋煮

芋煮は、山形県の郷土料理で、給食には、約7年ぶりの登場です。地域や家庭によって、味付けや具材の種類に違いがありますが、基本の具材として、牛肉、さといも、こんにゃく、ねぎが入ります。



入れてもおいしいです。  
いろいろな種類のきのこを

【材料】(4人分)  
牛肉 80g  
あぶらあ  
油揚げ 20g  
さといも 200g  
にんじん  
人参 80g  
こんにゃく 80g  
ねぶか  
根深ねぎ 60g  
ほ  
干しいたけ 4g  
だし昆布 4g  
けず  
削り節 8g

さとう 砂糖	6g	
しお 塩	少々	
せいしゅ 清酒	4g	
ほん 本みりん	6g	
こいくち 濃口しょうゆ	16g	
うすくち 淡口しょうゆ	12g	

給食では、食材は小さめに切っていますので、ご家庭では、このお好みの大きさに切ってください。

【下処理】  
あぶらあ  
油揚げ…小さめの短冊切り  
さといも…1.5cm巾半月又はいちょう切り、下ゆで  
にんじん  
人参…0.5cm巾いちょう切り  
つきだしこにゃく…2cm切り、ボイル  
ほ  
干しいたけ…もどして、せん切り  
ねぶか  
根深ねぎ…1cm巾輪切り

### 3月2日の給食は、

高等部3年生のみなさんにとって最後の給食です。  
みんなが喜んでくれるようにと考えながら献立を決めました。12年間食べてきた給食も残りわずかです。  
給食を味わって、楽しい時間にしてください。

- ★ 小学部1年生から毎月給食で食べてきた人気のメニューにしました。
- ★ みんなが喜んでくれるようにデ○一〇をつけました。

3月の献立表で確認してね！



### 【作り方】

- だし昆布とけずり節でだしをとる。
- 人参、こんにゃく、しいたけ(汁ごと)を入れる。
- 清酒を加え、牛肉をほぐしながら入れる。
- アグと脂を取り、さといも・油揚げ・根深ねぎを入れる。
- 残りの調味料を加え、味を整えて仕上げる。





2026年2月

## 特別支援学校給食献立表(中・高等部)

福岡市教育委員会



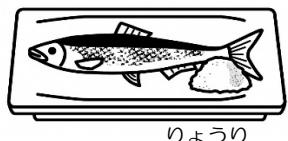
日 曜	献立名				おもな材料			栄養量		
	パン または ごはん	牛 乳	そえもの	おか ず	赤の仲間 血や肉、骨をつくる	黄色の仲間 熱や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
2月	麦ごはん	○		肉じやが ひじきサラダ	牛乳、豚肉、ひじき、油揚げ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖、乳化ドレッシング	こんにゃく、にんじん、たまねぎ、えだまめ、キャベツ、きゅうり	652	23.6	22.5
3火	福岡のかぼちゃパン	○	行事食	★明太子とチーズのオムレツ ★大豆と野菜のミネストローネ	牛乳、鶏卵、からしめんたいこ、豆腐、チーズ、ベーコン、だいす	かぼちゃパン、じゃがいも、菜種油	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、トマト、セロリー、さやいんげん	668	30.3	32.2
4水	麦ごはん	○	二杯酢	シユウマイ 高野豆腐のうま煮	牛乳、ひじきシユウマイ、豚肉、高野豆腐、かまぼこ	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	663	28.6	22.2
5木	麦ごはん	○		チキンカレー ごま炒め ココア	牛乳、鶏肉、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、ココア	たまねぎ、にんじん、ににく、キャベツ、もやし、こまつな	671	25.0	16.1
6金	麦ごはん	○	天つけ 郷土料理 (北海道)	白身魚の天ぷら どさんこ汁 いよかん	牛乳、ホキ天、ぶら、豚肉、豆腐、わかめ、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、じゃがいも、バター	にんじん、コーン、もやし、青ねぎ、いよかん	616	26.8	17.9
9月	ミルク クロissant ロールパン	○		豚肉のマリネ焼き パプリカ煮 あまおうクレープ	牛乳、豚肉、鶏肉、あまおうクレープ	ミルククレセントロールパン、でん粉、砂糖、菜種油	たまねぎ、しょうが、かぶ、にんじん、えだまめ	689	38.5	26.9
10火	麦ごはん	○		かれいのごまだれかけ 大豆の五目煮 キャベツのゆず風味	牛乳、かれい、鶏肉、だいす、てん、ぶら、角切昆布	精白米、白麦、砂糖、白ごま、でん粉、菜種油	しょうが、こんにゃく、にんじん、ごぼう、さやいんげん、キャベツ、ゆず果汁	611	39.2	14.4
12木	ぶどうパン	○		えびとこまつなクリーム スパゲッティ 白菜とツナのサラダ	牛乳、ベーコン、むきえび、生クリーム、ツナ油漬け	ぶどうパン、スパゲッティ、バター、砂糖、菜種油	たまねぎ、しめじ、こまつな、ににく、はくさい、きゅうり、にんじん	718	28.6	28.0
13金	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 春雨スープ	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、緑豆春雨、ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、干しいたけ、たけのこ、チングンサイ	658	25.3	17.4
16月	ワンローフ型 食パン	○	メープル ジャム	かぼちゃのクリーム煮 オーロラドレッシングサラダ	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、チキン水煮	ワンローフ型食パン、メープルジャム、菜種油、バター、小麦粉、砂糖、乳化ドレッシング	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり	675	23.6	26.1
17火	麦ごはん	○	二杯酢 郷土料理 (山形)	さばの大根おろしそえ 芋煮	牛乳、さば、牛肉、油揚げ	精白米、白麦、さといも、砂糖	だいこん、にんじん、こんにゃく、干しいたけ、根深ねぎ	705	31.7	30.5

## 節分

2月3日(火) 「立春の前日」



むびょうそくさい しょうばいはんじょう ねが せつぶん た 無病息災や商売繁盛を願い、節分に食べられるもの



せつぶん まめ 節分といえば、「豆まき」ですね。「鬼は外、福は内」と言いながら家のなかでいぐち おに そと ふく うち おに じゃき はらい、自分の年の数 (または年の数+1粒) の豆を た た ねん こうぶく いの 食べて1年の幸福を祈ります。

\* 給食では、「大豆と野菜のミネストローネ」を せつぶん きょうじょく だいす やさい 節分の行事食として出しています。



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)	脂質 (g)
18 水	黒糖パン	○		ハンバーグ マカロニスープ ヨーグルト	牛乳、豚肉、豆腐、チーズ、鶏肉、ヨーグルト	黒糖パン、でん粉、バター、乳化ドレッシング、砂糖、マカロニ、菜種油	たまねぎ、にんにく、にんじん、キャベツ、セロリー、ほうれんそう	673	36.9	24.3
19 木	麦ごはん (市内産米)	○	中濃ソース	コロッケ 麻婆だいこん	牛乳、豚肉、だいこん、赤だしみそ	精白米、白麦、野菜コロッケ、菜種油、砂糖、ごま油、でん粉	だいこん、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、青ねぎ、しょうが、にんにく	640	25.6	19.1
20 金	メロンパン	○		タンドリーチキン 冬野菜のポトフ	牛乳、鶏肉、ヨーグルト、ベーコン	メロンパン、でん粉、菜種油、バター	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、かぶ、れんこん、はくさい、セロリー	673	36.0	26.3
24 火	麦ごはん (減量)	○	郷土料理 (長崎)	じゃがツナのおかか焼き ちゃんぽん	牛乳、ツナ油漬け、かつお節、豚肉、てんぷら	精白米、白麦、じゃがいも、乳化ドレッシング、中華めん、菜種油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きくらげ、青ねぎ	696	27.2	24.2
25 水	ミルク クレセント ロールパン	○		ハッシュドビーフ えびとブロッコリーのサラダ	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、生クリーム、むきえび	ミルククレセントロールパン、菜種油、バター、小麦粉、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ、にんにく、トマト、キャベツ、ブロッコリー、コーン	656	28.8	29.7
26 木	麦ごはん	○		ねぎ塩豚丼 わかめスープ あまおう	牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、わかめ	精白米、白麦、菜種油、白ごま、ごま油、でん粉	根深ねぎ、もやし、にんじん、たまねぎ、青ねぎ、にんにく、レモン、いちご	645	32.9	17.7
27 金	炊き込み寿司	○	行事食 卒業祝い	福岡産ぶりフライ みそだれかけすまし汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、ぶりフライ、赤だしみそ、豆腐、かまぼこ、わかめ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま	にんじん、たけのこ、干しいたけ、えだまめ、にんにく、たまねぎ、しめじ、青ねぎ	669	31.4	22.3

\* 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。

2月分平均栄養量

665 30.0 23.2

★マークは今月の新献立です。

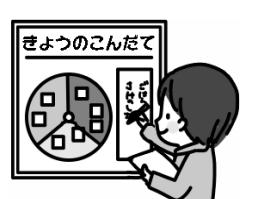
\* 福岡市は日本食品標準成分表の八訂で計算して献立を作成しています。食事制限がある方等、ご不明な点がありましたらお問い合わせください。

\* 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。

## 郷土料理の紹介 芋煮

芋煮は、山形県の郷土料理で、給食には、約7年ぶりの登場です。地域や家庭によって、味付けや具材の種類に違いがありますが、基本の具材として、牛肉、さといも、こんにゃく、ねぎが入ります。



入れてもおいしいです。  
いろいろな種類のきのこを

【材料 (4人分)】

牛肉	80g	砂糖	6g
油揚げ	20g	塩	少々
さといも	200g	清酒	4g
人参	80g	本みりん	6g
こんにゃく	80g	濃口しょうゆ	16g
根深ねぎ	60g	淡口しょうゆ	12g
干しいたけ	4g		
だし昆布	4g		
削り節	8g		

給食では、食材は小さめに切っていますので、ご家庭では、お好みの大きさに切ってください。



【下処理】  
油揚げ…小さめの短冊切り

さといも…1.5cm巾半月又はいちょう切り、下ゆで  
人参…0.5cm巾いちょう切り  
つきだしこにゃく…2cm切り、ボイル  
干しいたけ…もどして、せん切り  
根深ねぎ…1cm巾輪切り

3月2日の給食は、

高等部3年生のみなさんにとって最後の給食です。

みんなが喜んでくれるようにと考えながら献立を決めました。12年間食べてきた給食も残りわずかです。

給食を味わって、楽しい時間にしてください。

★ 小学部1年生から毎月給食で食べてきた人気のメニューにしました。

★ みんなが喜んでくれるようにデ〇一〇をつけました。

3月の献立表で確認してね！



【作り方】

- だし昆布とけずり節でだしをとる。
- 人参、こんにゃく、しいたけ(汁ごと)を入れる。
- 清酒を加え、牛肉をほぐしながら入れる。
- アグと脂を取り、さといも・油揚げ・根深ねぎを入れる。
- 残りの調味料を加え、味を整えて仕上げる。