



2026年5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)
1 金	ぶどうパン	○	行事食 こいのぼりゼリー（メロン）	豚肉のケチャップソース焼き かぼちゃのスープ煮	牛乳、豚肉、鶏肉	ぶどうパン、菜種油、 でん粉	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、コーン、 セロリー、パセリ、 こいのぼりゼリー	570	25.9	16.6
7 木	麦ごはん	○	行事食	ホキのから揚げ・ 茶葉クリーミーソースかけ 豆腐のみそ炒め	牛乳、ホキ唐揚げ、 ヨーグルト、豆腐、 豚肉、麦みそ	精白米、白麦、菜種油、 乳化ドレッシング、 砂糖、でん粉	たまねぎ、てん茶、 にんじん、 干しいたけ、青ねぎ	543	24.1	20.4
8 金	行事食 八女茶 ロール パン	○		タンドリーチキン かぼちゃのホットサラダ	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト、ベーコン	八女茶ロールパン、 でん粉、菜種油、 バター、 乳化ドレッシング	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、ズッキーニ、 マッシュルーム	578	25.0	24.4
11 月	たけのこ ご飯	○		いわしのしょうが煮 赤だしみそ汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、 いわしのしょうが煮、 豆腐、わかめ、 赤だしみそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、 じゃがいも	にんじん、たけのこ、 干しいたけ、 キャベツ	551	25.8	19.7
12 火	パン パン	○		塩こうじの鶏から揚げ スープ煮	牛乳、鶏肉、ベーコン	パンパン、でん粉、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 コーン、セロリー、 パセリ	560	27.0	17.9
13 水	麦ごはん	○		ポークカレー アスパラのごまあえ ヨーグルト	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 チーズ、油揚げ、 ヨーグルト	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 白ごま、砂糖	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 グリーンアスパラガス	545	17.7	14.8
14 木	麦ごはん	○		照り焼きハンバーグ ABCマカロニスー きゅうり	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、チーズ、鶏肉	精白米、白麦、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、 かぼちゃ、にんじん、 キャベツ、セロリー、 パセリ、きゅうり	504	20.4	15.7
15 金	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ	高野豆腐のうま煮 ツナと春雨のサラダ	牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉、 緑豆春雨、ごま油	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、キャベツ、 きゅうり	497	20.5	13.9
18 月	食パン	○	メープル ジャム	大豆のクリーム煮 アスパラのソテー	牛乳、鶏肉、だいず、 脱脂粉乳、ロースハム	食パン、 メープルジャム、 じゃがいも、菜種油、 バター、小麦粉	にんじん、たまねぎ、 パセリ、 グリーンアスパラガス、 キャベツ	501	21.7	16.6
19 火	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの揚げ煮 わかめスープ	牛乳、 ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 豚肉、豆腐、わかめ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ	512	19.3	14.6
20 水	黒糖パン	○		アメリカンソーススパゲッティ フレンチサラダ	牛乳、むきえび、 生クリーム	黒糖パン、 スパゲッティ、 菜種油、バター、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、にんにく、 トマト、コーン、 キャベツ、きゅうり	556	19.6	17.0

がつついたち
5月1日
がついつか
5月5日

はちじゅうはちや
八十八夜
たんご せつく
端午の節句

ぎょうじしよく ちゃば にゅうか ま
行事食として、茶葉と乳化ドレッシングを混ぜてソースにした
「ホキのから揚げ・茶葉クリーミーソースかけ」と「八女茶ロールパン」、
「こいのぼりゼリー（メロン）」をとり入れています。

端午の節句は、もとは中国の厄よけの行事といわれています。
江戸時代になると、家の跡継ぎとして生まれた男子の成長を祝う行事となりました。
「菖蒲の節句」とも言われ、子どもの将来や健康を願ってこいのぼりや武者人形を飾ります。また、ちまきやかしわもちを食べたりします。



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)
21 木	麦ごはん (減量)	○	名物料理 (大阪) 中濃ソース のりたまご ふりかけ	★ お 好 み 焼 き 春 雨 ス ー プ	牛乳、 のりたまごふりかけ、 豚肉、豆腐、 かつお節、鶏肉	精白米、白麦、 菜種油、 乳化ドレッシング、 小麦粉、緑豆春雨、 ごま油、でん粉	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、 干しいたけ、 たけのこ、チンゲンサイ	535	19.2	17.6
22 金	ミルク クレセント ロールパン	○		さばのみそチーズソース焼き 鶏 肉 の フ ォ ー ★米粉のレモンマフィン	牛乳、さば、米みそ、 チーズ、鶏肉	ミルククレセントロールパン、 砂糖、ピーマン、 菜種油、 米粉のレモンマフィン	もやし、レタス、 たまねぎ、青ねぎ、 きくらげ、レモン	635	26.8	26.6
25 月	麦ごはん	○		ハ ヤ シ ラ イ ス 野 菜 ソ テ ー パ イ ン & ピ ー チ	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、 ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 にんにく、トマト、 キャベツ、ピーマン、 コーン、黄桃、 パインアップル	569	18.0	16.2
26 火	キャロット パン	○		豚 肉 の マ リ ネ 焼 き パ ブ リ カ 煮	牛乳、豚肉、鶏肉	キャロットパン、 でん粉、砂糖、 菜種油、じゃがいも	たまねぎ、しょうが、 にんじん、えだまめ	562	26.3	22.0
27 水	麦ごはん	○	郷土料理 (鹿児島)	かれいフライ・みそだれかけ 鶏 飯	牛乳、かれいフライ、 赤だしみそ、 鶏肉、錦糸卵	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 白ごま	にんにく、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 干しいたけ、 青ねぎ	522	24.6	12.8
28 木	麦ごはん	○		麻 婆 じ ゃ が ひ じ き サ ラ ダ	牛乳、牛肉、豚肉、 だいず、赤だしみそ、 ひじき、油揚げ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、ごま油、 でん粉、 乳化ドレッシング	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	533	18.3	19.6
29 金	麦ごはん	○		も ず く 井 五 月 汁 オ レ ン ジ ゼ リ ー	牛乳、鶏肉、もずく、 豆腐、わかめ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉	にんじん、たまねぎ、 しめじ、コーン、 さやいんげん、 しょうが、たけのこ、 干しいたけ、青ねぎ、 オレンジゼリー	436	17.5	9.3
*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。					5月分平均栄養量			542	22.1	17.5

*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。

はる しゅん やさい 春が旬の野菜

最近では、栽培技術の進歩や流通システムの発展により、いつでも食べることができる野菜が増えてきましたが、旬にとれた野菜は栄養価が高く、味もよいといわれています。

アスパラガス

食べているのは若い「くき」の部分です。



アスパラガスから発見された「アスパラギン酸」が豊富で、うまみとコクのある野菜です。

新玉ねぎ

一年中お店で見かける玉ねぎは、収穫した後に乾燥させ、水分を抜いて出荷されます。



一方、新玉ねぎは乾燥させず、出荷されるため、水分が多く、甘みが強いことが特徴です。

一方、新玉ねぎは乾燥させず、出荷されるため、水分が多く、甘みが強いことが特徴です。



はる 春キャベツ



冬にとれるキャベツに比べて、葉はみずみずしくてやわらかいのが特徴です。

甘みがあるので、サラダで食べるのがおすすめです。

加熱するときは、さっと火を通すとよいですよ。

たけのこ



竹の地下茎から出てくる若い芽をたけのことよびます。

給食ではたきこみごはんや汁物に使っています。

福岡県はたけのこの生産がさかんで、特に北九州市の「合馬たけのこ」が有名です。

しんこんだて この や 新献立 「お好み焼き」

大きな天板に生地を流しこみ、スチームコンベクションオープンという機械を使って、



蒸し焼きにして作ります。

肉や魚料理、野菜を蒸すときなどにもスチームコンベクションオープンを使って調理をしています。



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)
1 金	ぶどうパン	○		豚肉のケチャップソース焼き かぼちゃのスープ煮 こいのぼりゼリー(メロン)	牛乳、豚肉、鶏肉	ぶどうパン、菜種油、 でん粉	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、コーン、 セロリー、パセリ、 こいのぼりゼリー	682	31.9	19.6
7 木	麦ごはん	○	行事食	ホキのから揚げ・ 茶葉クリーミーソースかけ 豆腐のみそ炒め	牛乳、ホキ唐揚げ、 ヨーグルト、豆腐、 豚肉、麦みそ	精白米、白麦、菜種油、 乳化ドレッシング、 砂糖、でん粉	たまねぎ、てん茶、 にんじん、 干しいたけ、青ねぎ	663	28.4	22.6
8 金	行事食 八女茶 ロール パン	○		タンドリーチキン かぼちゃのホットサラダ	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト、ベーコン	八女茶ロールパン、 でん粉、菜種油、 バター、 乳化ドレッシング	かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、ズッキーニ、 マッシュルーム	712	31.1	29.8
11 月	たけのこ ご飯	○		いわしのしょうが煮 赤だしみそ汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、 いわしのしょうが煮、 豆腐、わかめ、 赤だしみそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、 じゃがいも	にんじん、たけのこ、 干しいたけ、 キャベツ	659	29.9	21.9
12 火	パン パン	○		塩こうじの鶏から揚げ スープ煮	牛乳、鶏肉、ベーコン	パンパン、でん粉、 菜種油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 コーン、セロリー、 パセリ	642	29.1	19.8
13 水	麦ごはん	○		ポークカレー アスパラのごまあえ ヨーグルト	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、 チーズ、油揚げ、 ヨーグルト	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 白ごま、砂糖	にんじん、たまねぎ、 にんにく、キャベツ、 グリーンアスパラガス	728	22.9	17.9
14 木	麦ごはん	○		照り焼きハンバーグ ABCマカロニスー きゅうり	牛乳、牛肉、豚肉、 豆腐、チーズ、鶏肉	精白米、白麦、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、 かぼちゃ、にんじん、 キャベツ、セロリー、 パセリ、きゅうり	634	25.0	18.6
15 金	麦ごはん	○	のりかつお ふりかけ	高野豆腐のうま煮 ツナと春雨のサラダ	牛乳、 のりかつおふりかけ、 鶏肉、高野豆腐、 かまぼこ、ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油、 砂糖、でん粉、 緑豆春雨、ごま油	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、キャベツ、 きゅうり	644	25.5	16.2
18 月	食パン	○	メープル ジャム	大豆のクリーム煮 アスパラのソテー	牛乳、鶏肉、だいず、 脱脂粉乳、ロースハム	食パン、 メープルジャム、 じゃがいも、菜種油、 バター、小麦粉	にんじん、たまねぎ、 パセリ、 グリーンアスパラガス、 キャベツ	642	27.5	20.5
19 火	麦ごはん	○	ひじきの つくだ煮	レバーとじゃがいもの揚げ煮 わかめスープ	牛乳、 ひじきのつくだ煮、 鶏レバーのから揚げ、 豚肉、豆腐、わかめ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 青ねぎ	660	24.1	17.0
20 水	黒糖パン	○		アメリカンソーススパゲッティ フレンチサラダ	牛乳、むきえび、 生クリーム	黒糖パン、 スパゲッティ、 菜種油、バター、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 パセリ、にんにく、 トマト、コーン、 キャベツ、きゅうり	682	23.9	20.3

がついたち
5月1日 八十八夜
がついつか
5月5日 端午の節句

ぎょうじしよく ちゃば にゅうか ま
行事食として、茶葉と乳化ドレッシングを混ぜてソースにした
「ホキのから揚げ・茶葉クリーミーソースかけ」と「八女茶ロールパン」、
「こいのぼりゼリー(メロン)」をとり入れています。

端午の節句は、もとは中国の厄よけの行事といわれています。
江戸時代になると、家の跡継ぎとして生まれた男子の成長を祝う行事となりました。
「菖蒲の節句」とも言われ、子どもの将来や健康を願ってこいのぼりや武者人形を飾
ります。また、ちまきやかしわもちを食べたりします。



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)
21 木	麦ごはん (減量)	○	名物料理 (大阪) 中濃ソース のりたまご ふりかけ	★ お 好 み 焼 き 春 雨 ス ー プ	牛乳、 のりたまごふりかけ、 豚肉、豆腐、 かつお節、鶏肉	精白米、白麦、 菜種油、 乳化ドレッシング、 小麦粉、緑豆春雨、 ごま油、でん粉	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、 干しいたけ、 たけのこ、チンゲンサイ	666	23.6	21.0
22 金	ミルク クレセント ロールパン	○		さばのみそチーズソース焼き 鶏 肉 の フ ォ ー ★米粉のレモンマフィン	牛乳、さば、米みそ、 チーズ、鶏肉	ミルククレセントロールパン、 砂糖、ピーマン、 菜種油、 米粉のレモンマフィン	もやし、レタス、 たまねぎ、青ねぎ、 きくらげ、レモン	701	29.7	27.8
25 月	麦ごはん	○		ハ ヤ シ ラ イ ス 野 菜 ソ テ ー パ イ ン & ピ ー チ	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、 ツナ油漬け	精白米、白麦、菜種油	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、 にんにく、トマト、 キャベツ、ピーマン、 コーン、黄桃、 パインアップル	728	22.4	19.2
26 火	キャロット パン	○		豚 肉 の マ リ ネ 焼 き パ ブ リ カ 煮	牛乳、豚肉、鶏肉	キャロットパン、 でん粉、砂糖、 菜種油、じゃがいも	たまねぎ、しょうが、 にんじん、えだまめ	686	32.5	26.5
27 水	麦ごはん	○	郷土料理 (鹿児島)	かれいフライ・みそだれかけ 鶏 飯	牛乳、かれいフライ、 赤だしみそ、 鶏肉、錦糸卵	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 白ごま	にんにく、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 干しいたけ、 青ねぎ	635	28.3	13.5
28 木	麦ごはん	○		麻 婆 じ ゃ が ひ じ き サ ラ ダ	牛乳、牛肉、豚肉、 だいず、赤だしみそ、 ひじき、油揚げ	精白米、白麦、 じゃがいも、菜種油、 砂糖、ごま油、 でん粉、 乳化ドレッシング	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	681	22.7	23.9
29 金	麦ごはん	○		も ず く 井 五 月 汁 オ レ ン ジ ゼ リ ー	牛乳、鶏肉、もずく、 豆腐、わかめ	精白米、白麦、 菜種油、砂糖、 でん粉	にんじん、たまねぎ、 しめじ、コーン、 さやいんげん、 しょうが、たけのこ、 干しいたけ、青ねぎ、 オレンジゼリー	603	21.8	10.2
*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。					5月分平均栄養量			669	26.7	20.4

*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。

はる しゅん やさい 春が旬の野菜

さいきん さいばいぎじゅつ しんぽ りゅうつう システム ほってん た 最近では、栽培技術の進歩や流通システムの発展により、いつでも食べることができる野菜が 増えてきましたが、 しゅん えいようか たか あじ 旬にとれた野菜は栄養価が高く、味もよいといわれています。

はる しゅん やさい アスパラガス

た わか 食べているのは若い「くき」の部分です。
はっけん かんそう さいん 酸 が
アスパラガスから発見された「アスパラギン酸」が
ほうふ 豊富で、うまみとコクのある野菜です。



しんたま 新玉ねぎ

いちねんじゅう みせ み たま しゅうかく あと
一年中お店で見かける玉ねぎは、収穫した後に
かんそう すいぶん ぬ しゅつか
乾燥させ、水分を抜いて出荷されます。
いっほう しんたま かんそう しゅつか
一方、新玉ねぎは乾燥させず、出荷されるため、
すいぶん おお あま つよ
水分が多く、甘みが強いことが特徴です。



はる しゅん やさい 春キャベツ

ふゆ しゅん やさい くら は 冬にとれるキャベツに比べて、葉はみずみずしくて
やわらかいのが特徴です。
あま 甘みがあるので、サラダで食べるのがおすすめです。
かねつ 加熱するときは、さっと火を通すとよいですよ。



たけのこ

たけ ちか けい から で くる わか め 竹の地下茎から出てくる若い芽をたけのことよびます。
きゅうしよく しるもの つか 給食ではたきこみごはんや汁物に使っています。
ふくおかけん 福岡県はたけのこの生産がさかんで、特に北九州市の
「合馬たけのこ」が有名です。



しんこんだて この や 新献立 「お好み焼き」

おお てんぱん きし なが 大きな天板に生地を流しこみ、スチームコンベクションオープンという機械を使って、
む や つく 蒸し焼きにして作ります。
にく さかなりょうり やさい 肉や魚料理、野菜を蒸すときなどにもスチームコンベクションオープンを使って調理をしています。

