2026年11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 パンまたはごはん	牛乳	そえもの	おかず	おもな材料 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	栄養量 エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）
2	月	麦ごはん	○	のりたまごふりかけ	★めかじきの甘酢あんかけ 豚汁	牛乳、のりたまごふりかけ、めかじき、豚肉、豆腐、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、でん粉、じゃがいも	えのきたけ、こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、青ねぎ	501	23.3	14.6
4	水	おさつパン	○	地場産物	★鶏肉と根菜のみそクリーム煮 ツナドレッシングサラダ 福岡産のむヨーグルト	牛乳、鶏肉、米みそ、脱脂粉乳、ツナ油漬け、のむヨーグルト	おさつパン、さといも、菜種油、バター、小麦粉、砂糖	にんじん、たまねぎ、ごぼう、れんこん、さやいんげん、にんにく、キャベツ、きゅうり	595	24.4	22.2
5	木	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 白菜のスープ	牛乳、ひじきのつくだ煮、鶏レバーのから揚げ、豚肉	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖	にんじん、はくさい、きくらげ、たけのこ、青ねぎ、にんにく	493	17.5	13.5
6	金	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 ポテトフ ショコラブッセ	牛乳、プレーンオムレツ、鶏肉、ベーコン	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、ショコラブッセ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、パセリ	567	23.6	22.5
9	月	麦ごはん	○	郷土料理（福岡） 地場産物	豚肉のしょうが焼き だぶ 小呂島産ぶりごまふりかけ	牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、かまぼこ、ぶり	精白米、白麦、でん粉、さといも、砂糖、白ごま	たまねぎ、しょうが、にんじん、れんこん、ごぼう、干ししいたけ、さやいんげん	536	26.9	15.5
10	火	パインパン	○		ポークビーンズ 野菜ソテー ★スイートポテト	牛乳、豚肉、ベーコン、だいず、ツナ油漬け	パインパン、じゃがいも、菜種油、スイートポテト	にんじん、たまねぎ、トマト、キャベツ、コーン	561	21.2	19.0
11	水	麦ごはん	○	天つゆ 郷土料理（鹿児島）	白身魚の天ぷら さつま汁 きゅうりの梅おかかあえ	牛乳、ホキ天ぷら、鶏肉、豆腐、麦みそ、米みそ、かつお節	精白米、白麦、菜種油、さつまいも、砂糖	にんじん、だいこん、ごぼう、青ねぎ、きゅうり、梅干し	510	23.3	13.8
12	木	ミルククレセントロールパン	○	特産品（福岡）	明太子クリームスパゲッティ チキンドレッシングサラダ ココア	牛乳、からしめんたいこ、ベーコン、生クリーム、チキン水煮	ミルククレセントロールパン、スパゲッティ、バター、砂糖、菜種油、ココア	たまねぎ、しめじ、エリンギ、ほうれんそう、にんにく、にんじん、キャベツ、きゅうり	570	22.2	18.5
13	金	麦ごはん	○		ビーフカレー 野菜の塩こうじ炒め みかん	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、チーズ、ちくわ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、にんにく、キャベツ、もやし、さやいんげん、みかん	547	17.2	14.4
16	月	メロンパン	○		じゃがベーコンのクリーミーソース焼き 大豆と野菜のミネストローネ	牛乳、ベーコン、鶏肉、だいず	メロンパン、じゃがいも、バター、乳化ドレッシング、マカロニ、菜種油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ、トマト、さやいんげん	572	18.2	24.1
17	火	麦ごはん（減量）	○	ポン酢 行事食（大相撲九州場所）	さばのもみじ大根ぞえ 鶏団子のちゃんこうどん	牛乳、さば、鶏肉、豆腐	精白米、白麦、うどん、でん粉、さといも	だいこん、にんじん、しょうが、はくさい、干ししいたけ、根深ねぎ	552	24.2	20.2

●新献立　めかじきの甘酢あんかけ

「剣」のように、するどくとがった部分が特徴的です。

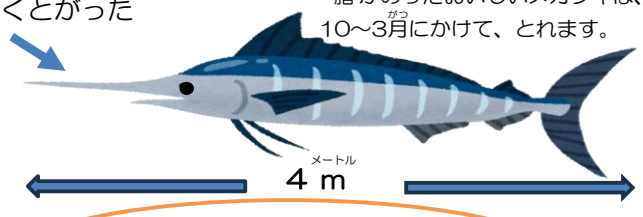


メカジキは、とても大きな魚です！

「メカジキ」は、今津と南福岡の給食に初めて登場します。大きいもので長さ４ｍ、体重500ｋｇをこえる大型魚です。

加熱しても身が固くなりにくいため、煮つけや照り焼き、フライ、ムニエルなどがおすすめの調理法です。

脂がのったおいしいメカジキは、10～3月にかけて、とれます。



メカジキは、カジキ類の中で目が大きいことが特徴で、「メカジキ」と呼ばれるようになったそうです。



日	曜	献立名 パンまたはごはん	牛乳	そえもの	おかず	おもな材料 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	栄養量 エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）
18	水	麦ごはん	○		揚げチヂミ 中華風コーンスープ 豆乳プリン	牛乳、むきえび、鶏肉、豆乳プリン	精白米、白麦、じゃがいも、小麦粉、でん粉、菜種油、砂糖、ごま油	にんじん、たまねぎ、にら、たけのこ、コーン、干ししいたけ、チンゲンサイ	569	17.5	16.5
19	木	麦ごはん（市内産米）	○	さかなそぼろ	高野豆腐のうま煮 ひじきサラダ	牛乳、さかなそぼろ、豚肉、高野豆腐、かまぼこ、ひじき、油揚げ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、でん粉、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、たけのこ、干ししいたけ、さやいんげん、しょうが、キャベツ、きゅうり	549	20.7	19.8
20	金	背割りミルクパン	○		ウインナーソテー ★スコッチブロス ボイルキャベツ	牛乳、ポークウインナー、牛肉	背割りミルクパン、砂糖、でん粉、大麦、じゃがいも、菜種油、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、だいこん、パセリ、キャベツ	536	20.3	25.3
24	火	麦ごはん	○	地場産物	博多和牛のすきやき 大根のあえもの みかん	牛乳、牛肉、豆腐、しらす干し、かつお節	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま	こんにゃく、にんじん、たまねぎ、はくさい、根深ねぎ、しゅんぎく、だいこん、きゅうり、みかん	568	19.2	20.8
25	水	福岡小麦の食パン 地場産物	○	ビーンズスプレッド 中濃ソース	えびカツレツ ★きのこの米粉シチュー	牛乳、エビカツレツ、ベーコン、脱脂粉乳、生クリーム	食パン、ビーンズスプレッド、菜種油、じゃがいも、米粉、バター	にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、パセリ	598	18.8	28.8
26	木	麦ごはん	○		麻婆豆腐 小松菜の炒め物 ヨーグルト	牛乳、豆腐、豚肉、だいず、赤だしみそ、しらす干し、ヨーグルト	精白米、白麦、菜種油、砂糖、ごま油、でん粉、白ごま	にんじん、たまねぎ、干ししいたけ、青ねぎ、しょうが、にんにく、こまつな、キャベツ、もやし、コーン	557	25.5	17.7
27	金	さつまいもご飯	○		いわしのしょうが煮 すまし汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、いわしのしょうが煮、豆腐、かまぼこ、わかめ	精白米、白麦、さつまいも、菜種油	にんじん、干ししいたけ、たまねぎ、えのきたけ、青ねぎ	558	24.8	17.9
30	月	横割りミルク丸パン	○	名物料理（長崎）	牛肉のレモンステーキ かぶのスープ煮 アーモンドポテト	牛乳、牛肉、鶏肉	横割りミルク丸パン、菜種油、バター、砂糖、じゃがいも、アーモンド	たまねぎ、にんにく、レモン果汁、かぶ、にんじん、コーン、ブロッコリー	553	27.0	20.7
＊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。						11月分平均栄養量			552	21.9	19.3

★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。

●新献立（しんこんだて） スコッチブロス







スコッチブロスは、イギリスのスコットランドで昔（むかし）から食（た）べられている伝統的（でんとうてき）なスープです。肉（にく）や野菜（やさい）、大麦（おおむぎ）などを入（い）れてコトコト煮込（にこ）んで作（つく）ります。大麦（おおむぎ）が入（はい）っているので少（すこ）しトロミがあり、食（た）べ応（ごた）えのあるスープです。

＜材料（ざいりょう） 4人分（にんぶん）＞

牛肉（ぎゅうにく）	80g
大麦（おおむぎ）(押麦（おしむぎ）)	24g
人参（にんじん）	60g
玉ねぎ（たまねぎ）	80g
じゃがいも	60g
大根（だいこん）	100g
パセリ	2g
サラダ油（あぶら）	4g
白ワイン（しろ）	4g
塩（しお）	2.4g
こしょう	0.2g
ガーリック	0.2g
ベイリーフ	0.1g
淡口（うすくち）しょうゆ	2g
コンソメの素（もと）	4g









＜下処理（したしょり）＞

大麦（おおむぎ）･･･から炒（い）り
人参（にんじん）･･1cm角切（かくぎ）り
玉（たま）ねぎ・じゃがいも・大根（だいこん）･･･1.5cm角切（かくぎ）り
パセリ･･･みじん切（ぎ）り

大麦（おおむぎ）は、炒（い）ることで香（こう）ばしくなります。



カブでもOK！

＜作（つく）り方（かた）＞

① サラダ油（あぶら）を熱（ねっ）し、牛肉（ぎゅうにく）に白（しろ）ワインとガーリックを加（くわ）えて炒（いた）め、塩（しお）・こしょうをする。
② 玉（たま）ねぎと人参（にんじん）を入（い）れて炒（いた）め、さらに塩（しお）・こしょうをする。
③ 水（みず）を入（い）れ、アクと脂（あぶら）をとり、大麦（おおむぎ）を入（い）れる。
④ じゃがいもと大根（だいこん）を入（い）れ、残（のこ）りの調味料（ちょうみりょう）を加（くわ）える。
⑤ 最後（さいご）にパセリを入（い）れて仕上（しあ）げる。

イギリスの4つの国（くに）

イギリスは、「イングランド」「ウェールズ」「スコットランド」「北（きた）アイルランド」の4つの国（くに）からなる連合王国（れんごうおうこく）です。スコットランドは、イギリスの中（なか）で最（もっと）も北（きた）にあります。

スコッチブロスは、スコットランドの寒（さむ）い冬（ふゆ）に、体（からだ）を温（あたた）める料理（りょうり）として親（した）しまれています。



2026年11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 パンまたはごはん	牛乳	そえもの	おかず	おもな材料 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	栄養量 エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）
2	月	麦ごはん	○	のりたまごふりかけ	★めかじきの甘酢あんかけ 豚汁	牛乳、のりたまごふりかけ、めかじき、豚肉、豆腐、麦みそ、米みそ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、でん粉、じゃがいも	えのきたけ、こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、青ねぎ	620	26.5	15.4
4	水	おさつパン	○	地場産物	★鶏肉と根菜のみそクリーム煮 ツナドレッシングサラダ 福岡産のむヨーグルト	牛乳、鶏肉、米みそ、脱脂粉乳、ツナ油漬け、のむヨーグルト	おさつパン、さといも、菜種油、バター、小麦粉、砂糖	にんじん、たまねぎ、ごぼう、れんこん、さやいんげん、にんにく、キャベツ、きゅうり	708	29.1	25.7
5	木	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 白菜のスープ	牛乳、ひじきのつくだ煮、鶏レバーのから揚げ、豚肉	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油、砂糖	にんじん、はくさい、きくらげ、たけのこ、青ねぎ、にんにく	634	21.9	15.7
6	金	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 ポテトフ ショコラブッセ	牛乳、プレーンオムレツ、鶏肉、ベーコン	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、ショコラブッセ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、パセリ	639	26.4	24.1
9	月	麦ごはん	○	郷土料理（福岡） 地場産物	豚肉のしょうが焼き だぶ 小呂島産ぶりごまふりかけ	牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、かまぼこ、ぶり	精白米、白麦、でん粉、さといも、砂糖、白ごま	たまねぎ、しょうが、にんじん、れんこん、ごぼう、干ししいたけ、さやいんげん	695	33.6	18.1
10	火	パインパン	○		ポークビーンズ 野菜ソテー ★スイートポテト	牛乳、豚肉、ベーコン、だいず、ツナ油漬け	パインパン、じゃがいも、菜種油、スイートポテト	にんじん、たまねぎ、トマト、キャベツ、コーン	669	25.7	22.3
11	水	麦ごはん	○	天つゆ 郷土料理（鹿児島）	白身魚の天ぷら さつま汁 きゅうりの梅おかかあえ	牛乳、ホキ天ぷら、鶏肉、豆腐、麦みそ、米みそ、かつお節	精白米、白麦、菜種油、さつまいも、砂糖	にんじん、だいこん、ごぼう、青ねぎ、きゅうり、梅干し	611	26.1	14.3
12	木	ミルククレセントロールパン	○	特産品（福岡）	明太子クリームスパゲッティ チキンドレッシングサラダ ココア	牛乳、からしめんたいこ、ベーコン、生クリーム、チキン水煮	ミルククレセントロールパン、スパゲッティ、バター、砂糖、菜種油、ココア	たまねぎ、しめじ、エリンギ、ほうれんそう、にんにく、にんじん、キャベツ、きゅうり	698	27.3	22.2
13	金	麦ごはん	○		ビーフカレー 野菜の塩こうじ炒め みかん	牛乳、牛肉、脱脂粉乳、チーズ、ちくわ	精白米、白麦、じゃがいも、菜種油	にんじん、たまねぎ、にんにく、キャベツ、もやし、さやいんげん、みかん	704	21.5	17.2
16	月	メロンパン	○		じゃがベーコンのクリーミーソース焼き 大豆と野菜のミネストローネ	牛乳、ベーコン、鶏肉、だいず	メロンパン、じゃがいも、バター、乳化ドレッシング、マカロニ、菜種油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ、トマト、さやいんげん	723	22.9	30.0
17	火	麦ごはん（減量）	○	ポン酢 行事食（大相撲九州場所）	さばのもみじ大根ぞえ 鶏団子のちゃんこうどん	牛乳、さば、鶏肉、豆腐	精白米、白麦、うどん、でん粉、さといも	だいこん、にんじん、しょうが、はくさい、干ししいたけ、根深ねぎ	639	27.5	20.6

●新献立　めかじきの甘酢あんかけ

「剣」のように、するどくとがった部分が特徴的です。

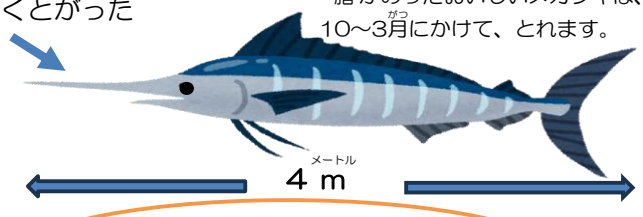


メカジキは、とても大きな魚です！

「メカジキ」は、今津と南福岡の給食に初めて登場します。大きいもので長さ４ｍ、体重500ｋｇをこえる大型魚です。

加熱しても身が固くなりにくいため、煮つけや照り焼き、フライ、ムニエルなどがおすすめの調理法です。

脂がのったおいしいメカジキは、10～3月にかけて、とれます。



メカジキは、カジキ類の中で目が大きいことが特徴で、「メカジキ」と呼ばれるようになったそうです。



日	曜	献立名 パンまたはごはん	牛乳	そえもの	おかず	おもな材料 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	栄養量 エネルギー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）
18	水	麦ごはん	○		揚げチヂミ 中華風コーンスープ 豆乳プリン	牛乳、むきえび、鶏肉、豆乳プリン	精白米、白麦、じゃがいも、小麦粉、でん粉、菜種油、砂糖、ごま油	にんじん、たまねぎ、にら、たけのこ、コーン、干ししいたけ、チンゲンサイ	694	21.4	18.2
19	木	麦ごはん（市内産米）	○	さかなそぼろ	高野豆腐のうま煮 ひじきサラダ	牛乳、さかなそぼろ、豚肉、高野豆腐、かまぼこ、ひじき、油揚げ	精白米、白麦、菜種油、砂糖、でん粉、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、たけのこ、干ししいたけ、さやいんげん、しょうが、キャベツ、きゅうり	712	25.5	24.0
20	金	背割りミルクパン	○		ウインナーソテー ★スコッチブロス ボイルキャベツ	牛乳、ポークウインナー、牛肉	背割りミルクパン、砂糖、でん粉、大麦、じゃがいも、菜種油、乳化ドレッシング	にんじん、たまねぎ、だいこん、パセリ、キャベツ	711	26.6	32.9
24	火	麦ごはん	○	地場産物	博多和牛のすきやき 大根のあえもの みかん	牛乳、牛肉、豆腐、しらす干し、かつお節	精白米、白麦、菜種油、砂糖、白ごま	こんにゃく、にんじん、たまねぎ、はくさい、根深ねぎ、しゅんぎく、だいこん、きゅうり、みかん	717	23.7	25.4
25	水	福岡小麦の食パン 地場産物	○	ビーンズスプレッド 中濃ソース	えびカツレツ ★きのこの米粉シチュー	牛乳、エビカツレツ、ベーコン、脱脂粉乳、生クリーム	食パン、ビーンズスプレッド、菜種油、じゃがいも、米粉、バター	にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、パセリ	723	22.5	32.1
26	木	麦ごはん	○		麻婆豆腐 小松菜の炒め物 ヨーグルト	牛乳、豆腐、豚肉、だいず、赤だしみそ、しらす干し、ヨーグルト	精白米、白麦、菜種油、砂糖、ごま油、でん粉、白ごま	にんじん、たまねぎ、干ししいたけ、青ねぎ、しょうが、にんにく、こまつな、キャベツ、もやし、コーン	730	32.9	21.4
27	金	さつまいもご飯	○		いわしのしょうが煮 すまし汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、いわしのしょうが煮、豆腐、かまぼこ、わかめ	精白米、白麦、さつまいも、菜種油	にんじん、干ししいたけ、たまねぎ、えのきたけ、青ねぎ	663	28.5	19.6
30	月	横割りミルク丸パン	○	名物料理（長崎）	牛肉のレモンステーキ かぶのスープ煮 アーモンドポテト	牛乳、牛肉、鶏肉	横割りミルク丸パン、菜種油、バター、砂糖、じゃがいも、アーモンド	たまねぎ、にんにく、レモン果汁、かぶ、にんじん、コーン、ブロッコリー	703	34.5	24.9
＊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。						11月分平均栄養量			684	26.5	22.3

★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。

●新献立　スコッチブロス







スコッチブロスは、イギリスのスコットランドで昔から食べられている伝統的なスープです。肉や野菜、大麦などを入れてコトコト煮込んで作ります。大麦が入っているので少しトロミがあり、食べ応えのあるスープです。

＜材料　4人分＞

牛肉	80g
大麦(押麦)	24g
人参	60g
玉ねぎ	80g
じゃがいも	60g
大根	100g
パセリ	2g
サラダ油	4g
白ワイン	4g
塩	2.4g
こしょう	0.2g
ガーリック	0.2g
ベイリーフ	0.1g
淡口しょうゆ	2g
コンソメの素	4g







＜下処理＞

大麦…から炒り
人参…1cm角切り
玉ねぎ・じゃがいも・大根…1.5cm角切り
パセリ…みじん切り

大麦は、炒ることで香ばしくなります。



カブでもOK！

＜作り方＞

① サラダ油を熱し、牛肉に白ワインとガーリックを加えて炒め、塩・こしょうをする。
② 玉ねぎと人参を入れて炒め、さらに塩・こしょうをする。
③ 水を入れ、アクと脂をとり、大麦を入れる。
④ じゃがいもと大根を入れ、残りの調味料を加える。
⑤ 最後にパセリを入れて仕上げる。

イギリスの4つの国

イギリスは、「イングランド」「ウェールズ」「スコットランド」「北アイルランド」の4つの国からなる連合王国です。スコットランドは、イギリスの中で最も北にあります。

スコッチブロスは、スコットランドの寒い冬に、体を温める料理として親しまれています。

