

※番号のついている食材については、食材を使用する期間(年、学期、月)ごとに「食材料名」の一覧表があります。中学校、特別支援学校分をあわせて記載しており、校種によって使用する食材が異なりますので、内容をよくご確認ください。

2026年3月 コース割表

※各学校の該当コース(ⒶまたはⒷコース)をご確認の上、各コースの日付で献立表をご覧ください。よろしくお願いいたします。

	Ⓐコース	Ⓑコース
東区	香椎第2 志賀 福岡 城香 和白 照葉 多々良中央	箱崎清松 和白丘 箱崎 多々良 香椎第1 松崎 香椎第3 青葉
博多区	那珂 席田	東住吉 吉塚 三筑 千代 板付 博多 東光
中央区	友泉	平尾 当仁 警固
城南区	城西	城南 片江 梅林 長尾
南区	春吉 長丘 高宮 柏原 花畑 野間 日佐	三宅 宮竹 筑紫丘 横手 老司
早良区	金武 早良 百道松原	百道 西福岡 原中央 原 原北 次郎丸 高取 田隈
西区	北崎 下山門 玄洋 内浜 西陵 壱岐 姪浜 壱岐丘 元岡	

[アレルギー対応食を申し込まれた方へ]

- ・詳細献立表は、基本食分で作成しています。
- ・アレルギー対応献立の詳細については、詳細献立表の「アレルギー対応食の有無」(下記参照)をご確認の上、別添の「アレルギー対応食変更一覧[中学校・特別支援学校]」で対象の献立をご覧ください。

(例)

コース		牛乳	主食	おかず	おもな材料	調味料	アレルギー対応食の有無		
Ⓐ	Ⓑ						卵	乳	8種
8 (木)	9 (金)	○	麦ご飯	揚げ鶏のごまだれかけ	鶏肉、①小麦粉、②でん粉、菜種油(揚げ油)、白ごま(いり)	塩、⑦清酒、上白糖、⑧本みりん、⑩濃口しょうゆ	○	○	○
				とうがんのスープ	豚肉、人参、とうがん、玉ねぎ、干しいたけ(カット)、小松菜、菜種油	塩、⑭洋ごしょう、⑮中華スープの素、⑯濃口しょうゆ			
				しらすあえ	※9しらす干し、キャベツ、きゅうり、⑰わかめ	上白糖、塩、⑱濃口しょうゆ、⑲食酢			

ご不明な点がございましたら、各学校または福岡市立第3給食センター(400-0021)にお尋ねください。

1ページ目のコース割をご確認の上、該当コースの日付でご確認ください。

コース		牛乳	主食	おかず	おもな材料	調味料	アレルギー対応食の有無		
①	②						卵	乳	8種
2 (月)	3 (火)	○	麦ご飯	豚丼	豚肉、※4こんにゃく(つき出し)、人参、玉ねぎ、青ねぎ、干しいたけ(カット)、菜種油、※1でん粉	三温糖、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ			
				すまし汁	◎56角切り豆腐、※25かまぼこ、★20生ふ、えのきたけ、◎31わかめ	※18昆布(出し用)、さば節(出し用)、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ、◎33淡口しょうゆ、塩			○
				デコポン	デコポン				
				ひなあられ	★22ひなあられ				○
3 (火)	2 (月)	○	ミルク クレセント ロールパン	ペンのミートソース	★3マカロニ(ペンネ)、豚肉、煮大豆(クラッシュ)、人参、玉ねぎ、セロリー、※15マッシュルーム、菜種油、◎9にんにく	塩、上白糖、◎10洋こしょう、ナツメグ、ベイリーフ、赤ワイン、◎39トマトケチャップ、トマトピューレー、◎35ウスターソース、◎44コンソメの素			○
				アスパラ ドレッシングサラダ	※11ツナ油漬け、人参、キャベツ、グリーンアスパラガス、菜種油	上白糖、塩、◎10洋こしょう、◎32濃口しょうゆ、◎4レモン果汁、◎34食酢	ご飯を選択している場合、「◎64一食野菜ふりかけ」が つきます。		
				ヨーグルト	※28ヨーグルト			○	○
				一食フィッシュ アーモンド	★5一食フィッシュアーモンド				
4 (水)	5 (木)	○	麦ご飯	鶏肉のから揚げ	鶏肉、◎1小麦粉、※1でん粉、菜種油(揚げ油)	塩、◎10洋こしょう、◎8ガーリック、◎6清酒	○	○	○
				みそ汁	◎56角切り豆腐、※26油揚げ、じゃがいも、人参、玉ねぎ、青ねぎ、◎31わかめ	◎22煮干し(出し用)、◎19麦みそ、◎18米みそ			
				小松菜の炒めもの	※10しらす干し、小松菜、もやし、菜種油	◎7本みりん、◎32濃口しょうゆ			
5 (木)	4 (水)	○	背割り 米粉パン	ウインナーソテー	◎25ウインナーソーセージ、菜種油、※1でん粉	上白糖、◎39トマトケチャップ、◎35ウスターソース			
				ポトフ	鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、セロリー、菜種油	塩、◎10洋こしょう、◎8ガーリック、ベイリーフ、◎44コンソメの素、◎11洋辛子			
				キャベツソテー	キャベツ、菜種油	塩			
				ピーチゼリー	★21ピーチゼリー				
6 (金)	9 (月)	○	麦ご飯	さわらの甘酢あんかけ	★14さわらの竜田揚げ、菜種油(揚げ油)、玉ねぎ、えのきたけ、菜種油、※1でん粉	上白糖、◎32濃口しょうゆ、◎34食酢			
				土佐煮	鶏肉、※24ちくわ、じゃがいも、※3こんにゃく(角)、人参、※13たけのこ、◎23かつお節(碎片)、★4かつお節(粉末)、さやいんげん、菜種油	三温糖、◎7本みりん、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ			
				切干し大根の炒め煮	切干し大根、※26油揚げ、人参、菜種油	三温糖、◎32濃口しょうゆ			
9 (月)	6 (金)	○	クロワッサン	ミートボール	★16チキンボール、※1でん粉	◎49デミグラスソース、◎39トマトケチャップ、◎35ウスターソース、上白糖	○	○	○
				コーンスープ	◎26ベーコン、玉ねぎ、人参、※14コーン(クリーム)、コーン(ホール)、菜種油、脱脂粉乳、牛乳、※1でん粉	塩、◎10洋こしょう、◎44コンソメの素	○	○	○
				粉ふきいも	じゃがいも、ドライパセリ	塩、◎10洋こしょう			

* 主食につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名『主食』」一覧表を参照してください。下線のパンは鶏卵を使用しています。

◎マークの食材料につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

※マークの食材料につきましては、「2026年1月～3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

★マークの食材料につきましては、「2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

・アレルギー対応食の詳細につきましては、別添の「2026年3月アレルギー対応食変更一覧 [中学校・特別支援学校]」を参照してください。

・海産物については、業者からえび、かにが混ざる可能性の注意喚起表示があるもののみ、食材料名の一覧表に記載しています。

その他の海産物についても、えび、かにが混ざる可能性や魚卵が含まれる可能性があります。

・ご不明な点は、各学校または第3給食センター(400-0021)にお尋ねください。

1ページ目のコース割をご確認の上、該当コースの日付でご確認ください。

コース		牛乳	主食	おかず	おもな材料	調味料	アレルギー対応食の有無		
①	②						卵	乳	8種
10 (火)	11 (水)	○	麦ご飯	いわしの梅煮	★15いわしの梅煮				
				大豆の五目煮	豚肉、煮大豆、※9てんぷら(角天)、 ※3こんにやく(角)、人参、ごぼう(小口切り)、 さやいんげん、★8角切り昆布、菜種油	三温糖、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ			
				もやしとほうれんそうの あえもの	もやし、人参、ほうれんそう、かつお節(糸削り)	上白糖、塩、◎32濃口しょうゆ、◎34食酢			
11 (水)	10 (火)	○	パン	鶏肉のハーブ焼き	鶏肉、ドライパセリ、ドライバジル、ドライオレガノ、 菜種油	塩、◎10洋こしょう、◎8ガーリック、白ワイン、 ◎32濃口しょうゆ			
				ミネストラスープ	◎26ベーコン、★2マカロニ(ホイール)、 人参、キャベツ、玉ねぎ、セロリー、トマト水煮、 菜種油	塩、◎10洋こしょう、 ◎32濃口しょうゆ、◎44コンソメの素			○
				ひじきとチーズの ポテトサラダ	※11ツナ油漬け、※19ひじき、じゃがいも、人参、 むき枝豆、コーン(ホール)、 ★6プロセスチーズ(ダイス)、 ◎38マヨネーズ	◎33淡口しょうゆ、◎34食酢、塩、 ◎10洋こしょう	○	○	○
13 (金)	16 (月)	○	麦ご飯	一食姪浜のり 梅ふりかけ	★11一食のり梅ふりかけ				
				五目卵焼き	★18五目卵焼き、菜種油		○		○
				汁ビーフン	◎15ビーフン、豚肉、人参、青ねぎ、玉ねぎ、 ※13たけのこ、干しいたけ(カット)、菜種油、 ◎9にんにく、ごま油	◎6清酒、塩、◎10洋こしょう、 ◎45中華スープの素、◎32濃口しょうゆ			○
				しらすあえ	※10しらす干し、キャベツ、きゅうり、◎31わかめ	上白糖、塩、◎32濃口しょうゆ、◎34食酢			
16 (月)	13 (金)	○	ライ麦 食パン	りんごジャム	★7りんごジャム				ご飯を選択 している場合、 「★10一食昆布 のつくだ煮」が つきます。
				福岡野菜のメンチカツ	★13メンチカツ、菜種油(揚げ油)				○
				野菜のスープ煮	鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、コーン(ホール)、 セロリー、パセリ、菜種油	塩、◎10洋こしょう、◎8ガーリック、 ◎44コンソメの素、◎33淡口しょうゆ			
				コールスロー	キャベツ、きゅうり、菜種油	上白糖、塩、◎10洋こしょう、◎5りんご酢			

* 主食につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名『主食』」一覧表を参照してください。下線のパンは鶏卵を使用しています。

◎マークの食材料につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

※マークの食材料につきましては、「2026年1月～3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

★マークの食材料につきましては、「2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。

・アレルギー対応食の詳細につきましては、別添の「2026年3月アレルギー対応食変更一覧 [中学校・特別支援学校]」を参照してください。

・海産物については、業者からえび、かにが混ざる可能性の注意喚起表示があるもののみ、食材料名の一覧表に記載しています。

その他の海産物についても、えび、かにが混ざる可能性や魚卵が含まれる可能性があります。

・ご不明な点は、各学校または第3給食センター(400-0021)にお尋ねください。

1ページ目のコース割をご確認の上、該当コースの日付でご確認ください。

コース		牛乳	主食	おかず	おもな材料	調味料	アレルギー対応食の有無		
①	②						卵	乳	8種
17 (火)	18 (水)	○	麦ご飯	麻婆豆腐	※6豆腐、豚肉、人参、玉ねぎ、干しいたけ(カット)、青ねぎ、菜種油、しょうが、◎9にんにく、 ごま油 、※1でん粉	三温糖、◎32濃口しょうゆ、◎20赤だしみそ、◎12トウバンジャン、唐辛子			○
				わかめスープ	鶏肉、玉ねぎ、◎31わかめ、えのきたけ	※18昆布(出し用)、さば節(出し用)、塩、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ、◎33淡口しょうゆ			
				野菜の甘酢漬	人参、キャベツ、もやし	上白糖、◎32濃口しょうゆ、◎34食酢			
				一食フィッシュ	※12一食フィッシュ				
18 (水)	17 (火)	○	麦ご飯	はかた地どりの豆乳カレー	鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、菜種油、◎9にんにく、豆乳	塩、◎10洋こしょう、◎46カレー粉、◎39トマトケチャップ、◎35ウスターソース、◎40カレールウ			○
				小松菜ソテー	◎24ロースハム、小松菜、キャベツ、コーン(ホール)、菜種油	塩、◎10洋こしょう、◎32濃口しょうゆ			
				ピーチ&ナタデココ	※16黄桃、※31ナタデココ				
				ココア	※30ココア			○	○
19 (木)	23 (月)	○	★1 たけのこ ご飯	肉うどん	【トッピング】牛肉、玉ねぎ、菜種油 ◎57うどん、※25かまぼこ、人参、干しいたけ(カット)、青ねぎ	三温糖、◎32濃口しょうゆ ※18昆布(出し用)、さば節(出し用)、塩、◎6清酒、◎32濃口しょうゆ、◎33淡口しょうゆ			○
				切干し大根と きくらげのサラダ	※11ツナ油漬け、切干し大根、きくらげ、きゅうり、キャベツ、むき枝豆、 白ごま(すり) 、◎38マヨネーズ	塩、◎32濃口しょうゆ	○	○	○
				さばの ラビゴットソースかけ	さばの塩焼き(うす塩)、菜種油、玉ねぎ、トマト水煮	トマトピューレー、上白糖、塩、◎10洋こしょう、◎34食酢			
23 (月)	19 (木)	○	黒糖 ぶどうパン	クラムチャウダー	★12あさり、鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、パセリ、菜種油、※2 バター 、◎1 小麦粉 、 脱脂粉乳 、 牛乳	塩、◎10洋こしょう、白ワイン、◎44コンソメの素	○	○	○
				コーンサラダ	人参、キャベツ、きゅうり、コーン(ホール)、菜種油	上白糖、塩、◎32濃口しょうゆ、◎34食酢			

* 主食につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名『主食』」一覧表を参照してください。下線のパンは鶏卵を使用しています。
 ◎マークの食材料につきましては、「2025年4月～2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。
 ※マークの食材料につきましては、「2026年1月～3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。
 ★マークの食材料につきましては、「2026年3月分食材料名(中学校・特別支援学校)」一覧表を参照してください。
 ・アレルギー対応食の詳細につきましては、別添の「2026年3月アレルギー対応食変更一覧 [中学校・特別支援学校]」を参照してください。
 ・海産物については、業者からえび、かにが混ざる可能性の注意喚起表示があるもののみ、食材料名の一覧表に記載しています。
 その他の海産物についても、えび、かにが混ざる可能性や魚卵が含まれる可能性があります。
 ・ご不明な点は、各学校または第3給食センター(400-0021)にお尋ねください。

★3月に使用する食材料、◎2025年4月～2026年3月に使用する食材料、※1月～3月に使用する食材料

献立名	除去・代替対応による食材、調味料の変更		
	卵対応	乳対応	8種対応
すまし汁			【除去】生ふ 【代替】人参
ひなあられ			【代替】「※32一食おかき」
(中)ペンネのミートソース			「米粉スパゲッティミートソース」 【除去】マカロニ 【代替】◎72米粉スパゲッティ
(中)ヨーグルト		【代替】「※29豆乳プリン」	【代替】「※29豆乳プリン」
鶏肉のから揚げ	【除去】小麦粉	【除去】小麦粉	【除去】小麦粉
ミートボール	【除去】デミグラスソース	【除去】デミグラスソース	【除去】チキンボール、デミグラスソース 【代替】★17アレルギー用チキンボール
コーンスープ	【除去】脱脂粉乳	【除去】脱脂粉乳、牛乳 【代替】豆乳	【除去】脱脂粉乳、牛乳 【代替】豆乳
ミネストラスープ			【除去】マカロニ
ひじきとチーズのポテトサラダ	【除去】マヨネーズ 【代替】◎71乳化ドレッシング	「ひじきのポテトサラダ」 【除去】プロセスチーズ、マヨネーズ 【代替】◎71乳化ドレッシング	「ひじきのポテトサラダ」 【除去】プロセスチーズ、マヨネーズ 【代替】◎71乳化ドレッシング

- ・8種対応食のうち、麦なしご飯を選択されている方は麦ご飯やパンが「ご飯(食材:米)」に変更になります。
- ・記号(特)は特別支援学校のみ、記号(中)は中学校のみの献立です。
- ・同じ調理室で3種類の食物アレルギー対応献立を調理するため、コンタミネーション(アレルゲン混入)を完全に防止できません。安全面を考慮して、卵対応、乳対応献立を8種対応献立に合わせる場合がありますので、ご了承ください。
- ・アレルギー専用調理室で使用する唐辛子、ナツメグ、ベイリーフにつきましては、基本食と異なる少量缶を使用しますので、食料番号が全てそれぞれ「アレルギー用唐辛子」、「アレルギー用ナツメグ」、「アレルギー用ベイリーフ」に変更となります。(除去、代替対応による食材、調味料の変更がない料理についても、アレルギー対応食に使用する唐辛子、ナツメグ、ベイリーフは、全てそれぞれ「アレルギー用唐辛子」、「アレルギー用ナツメグ」、「アレルギー用ベイリーフ」に変更しますのでご注意ください。)
- ・アレルギー専用調理室で使用する揚げ油は、毎回新油を使用しております。

- ・8種対応食とは、「卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、ごま」を除いた給食、または一部代替食品を使用した給食です。8種対応食はこの8種類のアレルゲンがすべて除去されますが、「卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、ごま」以外の食品は使用します。アレルギー対応食変更一覧の内容をよくご確認ください。

★3月に使用する食材料、◎2025年4月～2026年3月に使用する食材料、※1月～3月に使用する食材料

献立名	除去・代替対応による食材、調味料の変更		
	卵対応	乳対応	8種対応
(特)揚げ出し豆腐			【代替】「手作り揚げ出し豆腐」 (食材量)※6豆腐、※1でん粉、菜種油、 大根、青ねぎ (調味料)さば節(出し用)、三温糖、 ◎7本みりん、◎32濃口しょうゆ、
(中)五目卵焼き	【代替】「◎70野菜とわかめの 豆乳よせ」		【代替】「◎70野菜とわかめの豆乳よせ」
汁ビーフン			【除去】ごま油
福岡野菜のメンチカツ			【代替】「手作りメンチカツ」 (食材量)豚肉、玉ねぎ、キャベツ、菜種油、 ※1でん粉、米粉、大豆フレーク (調味料)塩、◎10洋こしょう、 アレルギー用ナツメグ
麻婆豆腐			【除去】ごま油
はかた地どりの豆乳カレー			【除去】カレールウ 【代替】◎73アレルギー用カレールウ
ココア		【代替】「★23野菜ジュース」	【代替】「★23野菜ジュース」
肉うどん			「肉のせ汁ビーフン」 【除去】うどん 【代替】◎16ビーフン(平麺)
切干し大根と きくらげのサラダ	【除去】マヨネーズ 【代替】◎71乳化ドレッシング	【除去】マヨネーズ 【代替】◎71乳化ドレッシング	【除去】マヨネーズ、白ごま 【代替】◎71乳化ドレッシング
クラムチャウダー	【除去】バター、小麦粉、脱脂粉乳 【代替】米粉、 ※14コーン(クリーム)	【除去】バター、小麦粉、脱脂粉乳、 牛乳 【代替】米粉、 ※14コーン(クリーム)、豆乳	【除去】バター、小麦粉、脱脂粉乳、牛乳 【代替】米粉、※14コーン(クリーム)、豆乳

- ・8種対応食のうち、麦なしご飯を選択されている方は麦ご飯やパンが「ご飯(食材:米)」に変更になります。
- ・記号(特)は特別支援学校のみ、記号(中)は中学校のみの献立です。
- ・同じ調理室で3種類の食物アレルギー対応献立を調理するため、コンタミネーション(アレルゲン混入)を完全に防止できません。安全面を考慮して、卵対応、乳対応献立を8種対応献立に合わせる場合もありますので、ご了承ください。
- ・アレルギー専用調理室で使用する唐辛子、ナツメグ、ベイリーフにつきましては、基本食と異なる少量缶を使用しますので、食材料番号が全てそれぞれ「アレルギー用唐辛子」、「アレルギー用ナツメグ」、「アレルギー用ベイリーフ」に変更となります。(除去、代替対応による食材、調味料の変更がない料理についても、アレルギー対応食に使用する唐辛子、ナツメグ、ベイリーフは、全てそれぞれ「アレルギー用唐辛子」、「アレルギー用ナツメグ」、「アレルギー用ベイリーフ」に変更しますのでご注意ください。)
- ・アレルギー専用調理室で使用する揚げ油は、毎回新油を使用しております。
- ・8種対応食とは、「卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、ごま」を除いた給食、または一部代替食品を使用した給食です。8種対応食はこの8種類のアレルゲンがすべて除去されますが、「卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、ごま」以外の食品は使用します。アレルギー対応食変更一覧の内容をよくご確認ください。