



# 令和5年8・9月分特別支援学校給食献立表



8・9月は、暑い時期に体の調子を整える野菜を取り入れ、夏の疲れから体を回復させたり、月見の献立を取り入れ、自然の恵みに感謝する風習を知らせたりしています。また、減塩月間にちなんで、だしを利かせた和食の献立を通して減塩の工夫を知らせます。



日	曜	普通食		そしやく食	段階食(押しつぶし食・嚥下食Ⅱ・嚥下食Ⅰ)
		こんだて	ざいりょう	こんだて	こんだて
8/29	火	ちいさいパン ぎゅうにゅう ミックスジャム ツナソースパンネ こまつなとキャベツのソテー おうとうコンポート	パン ☆ぎゅうにゅう ミックスジャム まぐろあぶらづけ なまクリーム チーズパウダー にんじん トマト トマトピューレ たまねぎ ペンネマカロニ さとう オリーブあぶら ベーコン ★こまつな キャベツ あぶら おうとうコンポート	ちいさいパン ぎゅうにゅう ミックスジャム ツナソースツイスト こまつなとキャベツのソテー おうとうコンポート	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いちごジャム(押・Ⅱ) アプリコットジャム(Ⅰ) ツナソーススパゲッティ キャベツとこまつなのソテー おうとうコンポート
8/30	水	ぎゅうにくどんぶり ぎゅうにゅう はるさめスープ かたぬきチーズ <b>お楽しみ献立</b>	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく たまねぎ いとこんにやく しろねぎ さとう あぶら にんじん ★こまつな きくらげ はるさめ チーズ	なんぼん ぎゅうにゅう ぎゅうにくどんぶり はるさめスープ かたぬきチーズ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ビーフムース ぎゅうどんソース ちゅうかスープ ヨーグルト(てづくり)
8/31	木	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト チリコンカン やさしいソテー アセロラゼリー	パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ぶたひきにく トマト(かん) たまねぎ あかいんげんまめ こむぎこ あぶら ベーコン にんじん ピーマン キャベツ アセロラゼリー	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト チリコンカン やさしいソテー アセロラゼリー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー チョコアンドホワイト(押) ココアクリーム(Ⅱ・Ⅰ) チリコンカン やさしいソテー アセロラゼリー
9/1	金	カレーあじのガパオふうライス ぎゅうにゅう ポテトリヨネーズ はくとうコンポート	★ごはん ☆ぎゅうにゅう とりひきにく あつあげ ★こまつな バジル しょうが たまねぎ さとう でんぶん あぶら じゃがいも マーガリン はくとうコンポート	なんぼん ぎゅうにゅう カレーあじのガパオふうライス ポテトリヨネーズ はくとうコンポート	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース カレーソース マッシュポテト はくとうコンポート
9/4	月	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ やさいのオイスターソースいため フルーツあんぱん	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいで どうふ みそ しょうが しろねぎ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら にんじん キャベツ フルーツあんぱん	なんぼん ぎゅうにゅう マーボーどうふ やさいのオイスターソースいため フルーツあんぱん	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー マーボーどうふ やさいのオイスターソースいため パニラムース
9/5	火	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ じゃがいものインドふうにも ずくスープ りんごゼリー	パン ☆ぎゅうにゅう ソフトチーズ ぶたひきにく にんじん ピーマン しょうが たまねぎ じゃがいも さとう あぶら どうふ もずく しろねぎ りんごゼリー	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ミートボールのインドふうにも ずくスープ りんごゼリー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー アプリコットジャム じゃがいものインドふうにも ずくスープ りんごゼリー
9/6	水	ひじきごはん ぎゅうにゅう しおぶたじる ヨーグルト	★ごはん ☆ぎゅうにゅう あぶらあげ しらすばし ひじき にんじん ほししいたけ さんおんどう あぶら ぶたにく ごぼう キャベツ しろねぎ ヨーグルト	なんぼん ぎゅうにゅう ひじきごはん しおぶたじる ヨーグルト	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ひじきりとりムース わふうあん しおぶたじる クリームヨーグルトパニラ
9/7	木	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう オレンジマーレード やきそば あらびきウインナー はくとう(かん)	☆パン ☆ぎゅうにゅう オレンジマーレード ぶたにく てんぷら あおのり にんじん たまねぎ キャベツ しろねぎ ちゅうかめん あぶら あらびきウインナー はくとう(かん)	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう オレンジマーレード やきそば ぎょにくソーセージ はくとう(かん)	パンがゆ(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう おちゃゼリー オレンジマーレード(押・Ⅱ) アプリコットジャム(Ⅰ) やきそば いとよりだい はくとう
9/8	金	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー チンゲンサイのスープ とうにゅうパンナコッタ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたにく みそ にんじん ピーマン キャベツ きくらげ しろねぎ さとう てんぷら あぶら ごまあぶら たまご ☆チンゲンサイ たまねぎ とうにゅうパンナコッタ	なんぼん ぎゅうにゅう ホイコーロー チンゲンサイのスープ とうにゅうパンナコッタ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ホイコーロー チンゲンサイのスープ オレンジ
9/11	月	ごはん ぎゅうにゅう いわしのかんろに かぼちゃのふくめに うちこみじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう いわしのかんろに かぼちゃ さんおんどう てんぷら にんじん ★こまつな たまねぎ ☆なましいたけ うどん	なんぼん ぎゅうにゅう いわしのかんろに かぼちゃのふくめに うちこみじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いわしのムース てりやきソース かぼちゃのふくめに うちこみじる
9/12	火	ちいさいパン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ちゅうかミートソーススパゲッティ やさいのアーモンドいため	パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ぶたひきにく みそ にんじん たまねぎ ★なす ☆なましいたけ しょうが しろねぎ スパゲッティ さんおんどう でんぶん あぶら ごまあぶら しらすばし ★こまつな キャベツ ローストアーモンド	ちいさいパン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ちゅうかミートソーススパゲッティ やさいのアーモンドいため	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー あまおういちごジャム(押) アプリコットジャム(Ⅱ・Ⅰ) ちゅうかミートソースパスタ キャベツとこまつなのソテー

※【主 食】嚥下食Ⅰ・・・かゆ・パンがゆとも「栄養補助ゼリー」になります。

嚥下食Ⅱ・・・かゆのみ「栄養補助ゼリー」になります。

★＝市内産の食材 ☆＝県内産の食材

【保護者の皆様へ】

※ はしは、毎日持参しましょう。はしとはしばこはよく洗い、いつも清潔におきましよう。

※ 北九州市の学校給食では、地場産物の活用に取り組んでいます。天候等により、他の産地になることもありますのでご了承ください。

※ 生活習慣病予防のため、うす味にしています。健康を考え、塩分のとりすぎに注意しましょう。

～ みんなで食育をすすめてましよう ～



日	曜	普通食		そしやく食	段階食(押しつぶし食・嚥下食Ⅱ・嚥下食Ⅰ)
		こんだて	ざいりよう	こんだて	こんだて
13	水	ごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライタルソース こまつなとベーコンのソテー ワンドンスープ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ししゃもフライ(こもち) あぶら タルタルソース ベーコン ★こまつな にんじん たまねぎ しょうが キャベツ きくらげ ウェーブワンドン	なんばん ぎゅうにゅう ししゃもフライタルソース こまつなとベーコンのソテー ワンドンスープ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ほたてのムース マヨネーズソース ワンドンスープ バナナデザート
14	木	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ひきにくと豆腐のにも にんじんシリシリ(ごまいり) みかんゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ぶたひきにく しめ豆腐 にんじん たまねぎ きくらげ しろねぎ さとう でんぷん あぶら まぐろあぶらづけ ごま みかんゼリー	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ミートボールと豆腐のにも にんじんシリシリ(ごまいり) みかんゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー のりつくだに(押) にくと豆腐のにも にんじんシリシリ オレンジゼリー
15	金	パン ぎゅうにゅう スライスチーズ ツナじゃがいも なつやさいスープ	パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ まぐろあぶらづけ じゃがいも あぶら ベーコン トマト(かん) にんじん ビーマン たまねぎ キャベツ あかいんげんまめ	ぎゅうにゅう ブルーベリージャム ツナじゃがいも なつやさいスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー りんごジャム じゃがいものプリン なつやさいスープ
19	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのぬかみそだき ゆかりあえ かぼちゃのみそしる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さば さんおんとう しそこ キャベツ あつあげ みそ かぼちゃ こまつな たまねぎ	なんばん ぎゅうにゅう さばのぬかみそだき ゆかりあえ かぼちゃのみそしる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いわしのムース みそあん ばいにくあえ かぼちゃのみそしる
20	水	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう ミックスフルーツ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく にんじん たまねぎ りんご グリンピース じゃがいも こむぎこ あぶら マーガリン みかん(かん) おうとう(かん)	なんばん ぎゅうにゅう ビーフカレーライス はくとう(かん)	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ビーフカレー ミックスフルーツ
21	木	くろぎとパン ぎゅうにゅう はちみつ しろみぎかなのフライ キャベツソテー コーンチャウダー	くろぎとパン ☆ぎゅうにゅう はちみつ ホキフライ あぶら キャベツ ベーコン どうにゅう うらごしコーン たまねぎ じゃがいも マーガリン	くろぎとパン ぎゅうにゅう はちみつ しろみぎかなのフライ キャベツソテー コーンチャウダー	くろぎとパンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はちみつ しろみぎかなのムース ケチャップソース キャベツソテー チャウダー
22	金	ごはん ぎゅうにゅう はっぽうさい ポークシューマイ マカロニあべかわ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたにく てんぷら にんじん ☆チンゲンサイ たまねぎ キャベツ しろねぎ きくらげ でんぷん あぶら ごまあぶら ポークシューマイ きなこ マカロニ さとう	なんばん ぎゅうにゅう はっぽうさい ポークシューマイ マカロニあべかわ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はっぽうさい にまめ ほたてのクリームにごり
25	月	ごはん ぎゅうにゅう なっとう ピリからにくじゃが キャベツのごまぜいため	★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし ぎゅうにく にんじん さやいんげん しょうが たまねぎ いとこんにやく じゃがいも さんおんとう あぶら キャベツ さとう ごま	なんばん ぎゅうにゅう ひきわりなっとう ピリからにくじゃが キャベツのごまぜいため	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー くろまめ にくとじゃがいものふくめに キャベツのごまぜいため
26	火	パン ぎゅうにゅう いちじくジャム レパールのケチャップに 豆腐のちゅうかふうスープ	パン ☆ぎゅうにゅう いちじくジャム とりレパール しょうが さとう ぶたにく 豆腐 にんじん ★ほうれんそう たまねぎ きくらげ キャベツ てんぷん ごまあぶら	パン ぎゅうにゅう いちじくジャム レパールのケチャップに 豆腐のちゅうかふうスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ココアクリーム レパールのムース ケチャップソース 豆腐のちゅうかふうスープ
27	水	ごはん ぎゅうにゅう さけふりかけ きりぼしだいこんとあつあげのうまに とうがんとけいにくのすましじる クリームヨーグルトパニラ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さけふりかけ ぶたにく あつあげ にんじん さやいんげん きりぼしだいこん さんおんとう あぶら けいにく ★こまつな とうがんと でんぷん クリームヨーグルトパニラ	なんばん ぎゅうにゅう さけふりかけ じゃがいもと豆腐のうまに とうがんとけいにくのすましじる クリームヨーグルトパニラ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー たいみそ(押) 豆腐のうまに とうがんとけいにくのすましじる クリームヨーグルトパニラ
28	木	パン ぎゅうにゅう りんごジャム ポテトのチーズに にくだんごとたまごのスープ ぶどうゼリー	パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム ベーコン クッキングチーズ じゃがいも マーガリン ミートボール たまご にんじん ☆チンゲンサイ たまねぎ でんぷん ぶどうゼリー	パン ぎゅうにゅう りんごジャム ポテトのチーズに にくだんごとたまごのスープ ぶどうゼリー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー アプリコットジャム ミートムース ポテトソース にくだんごとたまごのスープ マンゴーゼリー
29	金	さんしよくごはん ぎゅうにゅう つきみじる おつきみゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ たまご きざみのり さとう ごま あぶら けいにく にんじん ★こまつな ☆なましいたけ おわらふ さいとも おつきみゼリー	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さんしよくごはん つきみじる おつきみゼリー	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース べっこうあん つきみじる ピーチゼリー

月平均	小・中・高(一般部)～八幡宮	普通食	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
			kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
月平均	普通食	小学部	532 (520)	19.9 (16.9~26.3)	17.2 (11.6~17.3)	354 (280)	76 (40)	2.5 (2.4)	184 (160)	0.40 (0.30)	0.48 (0.30)	36 (20)	4.4 (3.6以上)	1.6 (1.6未満)
		中学部	659 (660)	24.6 (21.5~33.0)	20.9 (14.7~22.0)	386 (360)	98 (96)	3.2 (3.6)	267 (240)	0.53 (0.40)	0.56 (0.50)	45 (28)	6.2 (5.6以上)	2.1 (2.0未満)
		高等部	659 (660)	24.6 (21.5~33.0)	20.9 (14.7~22.0)	386 (290)	98 (104)	3.2 (3.2)	267 (250)	0.53 (0.40)	0.56 (0.50)	45 (28)	6.2 (6.0以上)	2.1 (2.0未満)
	押しつぶし食	小学部	353 (350)	16.4 (15.8)	15.6 (15.5)	238 (-)	40 (-)	1.3 (-)	154 (-)	0.32 (-)	0.52 (-)	51 (-)	2.1 (-)	1.3 (-)
		中高等部	452 (450)	20.3 (20.3)	20.2 (20.0)	273 (-)	52 (-)	1.6 (-)	211 (-)	0.36 (-)	0.59 (-)	56 (-)	2.9 (-)	1.8 (-)
		嚥下食Ⅱ	354 (350)	16.6 (15.8)	16.2 (15.5)	294 (-)	42 (-)	1.7 (-)	160 (-)	0.38 (-)	0.58 (-)	57 (-)	2.2 (-)	1.2 (-)
嚥下食Ⅰ	309 (300)	14.7 (13.5)	13.2 (13.3)	277 (-)	36 (-)	1.8 (-)	132 (-)	0.38 (-)	0.54 (-)	58 (-)	1.7 (-)	0.8 (-)		



# 段階食のねらいと方法

北九州市の特別支援学校では、児童生徒にふさわしい食事を提供しています。

この取組は、全国に先駆けて平成15年度から本格的に始まりました。

## 段階食とは・・・

子どもたちが“口の中でできないこと”を調理の段階で手伝い、無理なく安全に食事を楽しむことができるための食事です。

うまく食べることができない子どもたちは、

- ① 噛む（食べ物を噛み取る・細かく砕く・すりつぶす）
  - ② 小さな塊にする（口の中で丸める）
  - ③ 飲み込む
- ①～③のいずれかが難しいようです。



右記のように、それぞれの状態に合わせた大きさや硬さにしています。

うまく噛めない  
歯茎で噛める軟らかさにする。

かたまりにできない  
舌でつぶせる軟らかさにする。

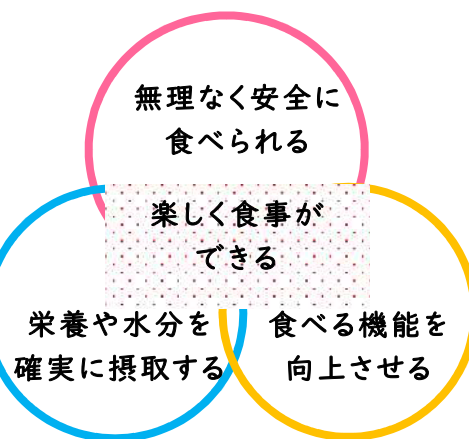
うまく飲み込めない  
飲み込みやすい形状にする。

## 段階食のねらい

\* 無理なく安全に食事ができ、栄養や水分が十分に摂取できるので、健康を保つことができます。

\* 食べる機能に合った食形態なので、お子さんの持っている機能や能力を引き出す格好の教材になります。

\* 摂食能力の発達を促すばかりではなく、身辺自立にもつながります。そして何よりも、おいしさを味わいながら“食事を楽しむ”ことができます。



## なぜ刻み食は危険なのでしょう？

これまでは小さくすれば食べられると考えられていましたが、小さく刻んだものは口の中でバラけてしまい、おせて食べにくいものです。おせることは誤飲につながるため、とても危険です。

食べ物を飲み込みやすくするための一番のポイントは、刻まずに「軟らかく」調理することです。そして、ゼリー状やムース状の塊にし、水分には糸を引く程度のとろみをつけると食べやすくなります。