



令和6年5月分特別支援学校給食献立表



5月は、子どもの健康や成長を願い、端午の節句にちなんだ料理を知らせます。
また、春に収穫した食材を取り入れ、野菜のおいしさを知らせます。



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
1	水	ごはん ぎゅうにゅう にくとじゃがいものふくめに ゆかりあえ かぼちゃプリン	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく にんじん さやいんげん ★たまねぎ いとこんにやく ★じゃがいも さんおんどう あぶら しそ ☆キャベツ かぼちゃプリン	なんばん ぎゅうにゅう にくとじゃがいものふくめに ゆかりあえ かぼちゃプリン	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー にくとじゃがいものふくめに ばいにくあえ みかんゼリー
2	木	ごはん ぎゅうにゅう おちゃふりかけ ししゃもフライタルタルソース きゅうりのそくせきづけ むらくもじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう おちゃふりかけ ししゃもフライ(こもち) あぶら タルタルソース ☆きゅうり さとう ごま けいにく たまご にんじん ★こまつな ★たまねぎ でんぷん	なんばん ぎゅうにゅう おちゃふりかけ ししゃもフライタルタルソース きゅうりのそくせきづけ むらくもじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー たいみそ(押) しろみぎかなのムース マヨネーズソース きゅうりのそくせきづけ むらくもじる
7	火	かしわめし ぎゅうにゅう たまねぎのみそしる こどものひゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく あぶらあげ にんじん さやいんげん ごぼう いとこんにやく ほししいたけ さんおんどう みそ ★ほうれんそう ★たまねぎ ★じゃがいも こどものひゼリー	なんばん ぎゅうにゅう かしわめし たまねぎのみそしる こどものひゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース ごぼうのソース たまねぎのみそしる マンゴーゼリー
8	水	パン ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム チリコンカン アーモンドサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム ぶたひきにく だいず トマト(かん) ★たまねぎ あかいんげんまめ でんぷん あぶら にんじん ☆キャベツ ローストアーモンド	パン ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム チリコンカン アーモンドサラダ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー くろまめきなこクリーム(押) あんずジャム(Ⅱ・Ⅰ) チリコンカン アーモンドサラダ
9	木	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ さかなのみそがらめ ごもくスープ はくどうコンポート	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ホキ みそ しょうが こむぎこ でんぷん さんおんどう あぶら けいにく にんじん ★こまつな ★たまねぎ ☆キャベツ きくらげ はくどうコンポート	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ さかなのみそがらめ ごもくスープ はくどうコンポート	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー のりつくだに(押) ほたてのムース みそあん ごもくスープ はくどうコンポート
10	金	くろぎどうパン ぎゅうにゅう バター じゃがいものクリームに やさいのアーモンドいため	くろぎどうパン ☆ぎゅうにゅう バター ベーコン だっしふんにゅう なまクリーム ★たまねぎ グリンピース ★じゃがいも 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	くろぎどうパン ぎゅうにゅう バター じゃがいものクリームに やさいのアーモンドいため	くろぎどうパンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー オレンジマーマレード(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) じゃがいものクリームに キャベツのいためもの
13	月	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 おうとう(シロップづけ) みかん(シロップづけ)	なんばん ぎゅうにゅう ビーフカレーライス ミックスフルーツ	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 クリームヨーグルトバナナ
14	火	キャロットパン ぎゅうにゅう りんごジャム ソーセージのキャベツにこみ ポテトのチーズに	キャロットパン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム フランクフルトソーセージ にんじん ★ブロッコリー ★たまねぎ ☆キャベツ ★じゃがいも ベーコン クッキングチーズ マーガリン	キャロットパン ぎゅうにゅう りんごジャム ぎょにくソーセージのキャベツにこみ ポテトのチーズに	キャロットパンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー りんごジャム ソーセージのキャベツにこみ じゃがいものスープ
15	水	ごはん ぎゅうにゅう 【新】にくだんごのカラフルあまずあん チンゲンサイのスープ フルーツあんんにん	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ミートボール にんじん ピーマン ★たまねぎ さとう でんぷん あぶら たまご ☆チンゲンサイ きくらげ フルーツあんんにん	なんばん ぎゅうにゅう にくだんごのカラフルあまずあん チンゲンサイのスープ フルーツあんんにん	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ミートムース あまずあん チンゲンサイのスープ ピーチゼリー
16	木	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ハンバーグのオニオンソース やさいスープ	パン ☆ぎゅうにゅう ソフトチーズ ハンバーグ ★たまねぎ マーガリン ベーコン にんじん ☆キャベツ ★じゃがいも	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ハンバーグのオニオンソース やさいスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ミックスジャム(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) ビーフムース オニオンソース やさいスープ

※【主 食】嚥下ひじき食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 【新】=新献立

【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、いつも清潔にしておきましょう。

※ 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ましょう ～



日	曜	普通食		そしやく食	段階食(押しつぶし食・嚙下食Ⅱ・嚙下食Ⅰ)
		こんだて	ざいりょう	こんだて	こんだて
17	金	ごはん ぎゅうにゅう なっとう きりぼしだいこんとあつあげのうまにかきたまじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし ぶたにく あつあげ にんじん きりぼしだいこん さんおんとう あぶら たまご ★こまつな ★たまねぎ おわらふ てんぷん	なんばん ぎゅうにゅう ひきわりなっとう じゃがいもとうふのうまにかきたまじる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー くろまめ とうふのうまにかきたまじる
20	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのさっぱり じゃがいものきんぴら きぬさやのみそしる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さば しょうが さんおんとう ★じゃがいも ごま あぶら ごまあぶら あつあげ みそ きぬさや ★たまねぎ ☆キャベツ	なんばん ぎゅうにゅう さばのさっぱり じゃがいものいために きぬさやのみそしる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー いわしのムース しょうがあん マッシュポテト キャベツのみそしる
21	火	パン ぎゅうにゅう はちみつ チキンソテー キャベツのマリネ 【新】ポタージュクレシー	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ けいにく てんぷん あぶら ☆キャベツ だしふんにゅう にんじん ☆パセリ ★たまねぎ ★じゃがいも マーガリン	パン ぎゅうにゅう はちみつ チキンナゲットコンソメソース キャベツのマリネ ポタージュクレシー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー はちみつ とりのムース コンソメソース キャベツのマリネ ポタージュクレシー
22	水	ひじきのませごはん ぎゅうにゅう つみいれじる おうとうコンポート	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ベーコン ひじき ★こまつな にんじん さとう ごま あぶら さかなすりみ とうふ ★たまねぎ しろねぎ こむぎこ おうとうコンポート	なんばん ぎゅうにゅう ひじきのませごはん つみいれじる おうとうコンポート	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ひじきいとりムース ごまあん つみいれじる おうとうコンポート
23	木	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう スライスチーズ やきビーフン ポークシューマイ にまめ	☆パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ ぶたにく てんぷら にんじん ★たまねぎ ☆キャベツ しろねぎ きくらげ ビーフン あぶら ポークシューマイ きんときまめ さとう	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう ソフトチーズ やきビーフン ポークシューマイ にまめ	パンがゆ(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう おちやゼリー ココアクリーム やきビーフン ほたてのクリームにこごりにまめ
24	金	ごはん ぎゅうにゅう 【新】あまからレバーポテト とんこつはるさめスープ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう とりレバー ★じゃがいも さとう あぶら やきぶた にんじん ☆チンゲンサイ ☆キャベツ ★たまねぎ しろねぎ きくらげ はるさめ ごまあぶら	なんばん ぎゅうにゅう レバーのあまからに フライドポテト とんこつはるさめスープ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー レバームース ポテトとあまからソース ちゅうかスープ ぶどうゼリー
27	月	ハヤシライス ぎゅうにゅう キャベツのコールスロー とうにゅうパンナコッタ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく にんじん トマトピューレ ★たまねぎ こむぎこ さとう あぶら ☆キャベツ ノンエッグマヨネーズ とうにゅうパンナコッタ	なんばん ぎゅうにゅう ハヤシライス キャベツのコールスロー とうにゅうパンナコッタ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ビーフムース デミグラスソース コールスロー パニラムース
28	火	パン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード ツナのカレーポテト ミネストローネ ヨーグルト	パン ☆ぎゅうにゅう オレンジマーマレード まぐろあぶらづけ ★たまねぎ グリンピース ★じゃがいも さとう あぶら ベーコン チーズパウダー にんじん トマト(かん) ピーマン ☆キャベツ マカロニ あかいんげんまめ ヨーグルト	パン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード ツナのカレーポテト ミネストローネ ヨーグルト	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー オレンジマーマレード(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) カレーポテト ミネストローネ クリームヨーグルトパニラ
29	水	さんしょくごはん ぎゅうにゅう ぼっかけじる アセロラゼリー	★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 あぶらあげ にんじん ★こまつな ごぼう しろねぎ いとこんにゃく アセロラゼリー	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さんしょくごはん ぼっかけじる アセロラゼリー	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー しろみぎかなのムース べっこうあん ぼっかけじる アセロラゼリー
30	木	ちいさいパン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム カレーうどん やさしいソテー みかんゼリー お楽しみ献立	パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ぎゅうにく にんじん ★たまねぎ しろねぎ うどん こむぎこ さとう あぶら マーガリン ベーコン ピーマン ☆キャベツ みかんゼリー	ちいさいパン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム カレーうどん やさしいソテー みかんゼリー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー あまおういちごジャム(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) カレーうどん やさしいソテー オレンジ
31	金	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ こまつなとキャベツのナムル バナナ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう あいびきにく だいず とうふ みそ しょうが しろねぎ さとう てんぷん あぶら ごまあぶら ★こまつな ☆キャベツ ごま バナナ	なんばん ぎゅうにゅう マーボーどうふ こまつなとキャベツのナムル バナナ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー マーボーどうふ こまつなとキャベツのナムル バナナデザート

月平均	小食総合(ハダ身体部)・ハダ西	普通食	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
				(16.9~26.3)	(11.6~17.3)	(335 (280))	(75 (40))	(2.4 (2.4))	(197 (160))	(0.39 (0.30))	(0.49 (0.30))	(33 (20))	(4.9 (3.6以上))	(1.6 (1.6未満))
月平均	小食総合(ハダ身体部)・ハダ西	小学部	530 (520)	19.4 (16.9~26.3)	18.1 (11.6~17.3)	335 (280)	75 (40)	2.4 (2.4)	197 (160)	0.39 (0.30)	0.49 (0.30)	33 (20)	4.9 (3.6以上)	1.6 (1.6未満)
		中学部	659 (660)	24.1 (21.5~33.0)	21.9 (14.7~22.0)	372 (360)	96 (96)	3.1 (3.6)	288 (240)	0.51 (0.40)	0.57 (0.50)	41 (28)	6.8 (5.6以上)	2.1 (2.0未満)
		高等部	659 (660)	24.1 (21.5~33.0)	21.9 (14.7~22.0)	372 (290)	96 (104)	3.1 (3.2)	288 (250)	0.51 (0.40)	0.57 (0.50)	41 (28)	6.8 (6.0以上)	2.1 (2.0未満)
		小学部	351 (350)	16.6 (15.8)	15.5 (15.5)	244 (-)	39 (-)	1.1 (-)	146 (-)	0.24 (-)	0.44 (-)	42 (-)	2.3 (-)	1.2 (-)
		中等部	448 (450)	20.4 (20.3)	20.0 (20.0)	279 (-)	51 (-)	1.4 (-)	200 (-)	0.28 (-)	0.52 (-)	47 (-)	3.1 (-)	1.8 (-)
		嚙下食Ⅱ	352 (350)	16.8 (15.8)	16.3 (15.5)	298 (-)	41 (-)	1.5 (-)	147 (-)	0.29 (-)	0.51 (-)	48 (-)	2.3 (-)	1.1 (-)
嚙下食Ⅰ	309 (300)	14.9 (13.5)	13.3 (13.3)	285 (-)	35 (-)	1.7 (-)	127 (-)	0.30 (-)	0.47 (-)	49 (-)	1.8 (-)	0.7 (-)		



学校給食と子どもの栄養



成長期の子どもにとってバランスのとれた食事はとても大切なものです。食事を通して味わう楽しさや食べる喜びを感じながら、元気なからだをつくっていきます。

学校給食は、子どもたちが生涯にわたって健康で、豊かな生活が送れることを願い、実施されています。



～特別支援学校の食事摂取基準～

		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
普通食 そしゃく食	小学部	520	16.9~26.3	11.6~17.3
	中学部	660	21.5~33.0	14.7~22.0
押しつぶし食	小学部	350	15.8	15.5
	中学部	450	20.3	20.0
嚥下食Ⅱ	同じ	350	15.8	15.5
嚥下食Ⅰ	同じ	300	13.5	13.3

左記の摂取基準は、あくまでも目安です。その日の体調や個人差などお子さん一人ひとりの様子をよく観察しながら、食事の量を決めています。

気になることやお気づきの点がありましたら、ご遠慮なくお尋ねください。

～ごはんの量～

米の量(g)

		小学部			中・高等部
		1・2年	3・4年	5・6年	
普通食	ごはん	50	60	70	80
そしゃく食	軟飯	48			60
押しつぶし食	かゆ	24			30
嚥下食Ⅱ	主食ゼリー	100			
嚥下食Ⅰ					



～パンの量～

小麦粉の量(g)

		小学部			中・高等部
		1・2年	3・4年	5・6年	
普通食	パン	40	50		60
そしゃく食	スティックパン				
押しつぶし食	パンがゆ	22.5+牛乳			28+牛乳
嚥下食Ⅱ		22.5+牛乳			
嚥下食Ⅰ	主食ゼリー	100			

