

# 令和7年4月分特別支援学校給食献立表

4月は、新学年を迎えて楽しく食べることができるように、子どもの嗜好を考えた食べやすい献立を取り入れています。



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
15	火	ぎゅうにくのしぐれにどんぶり ぎゅうにゅう すましじる ぶどうゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく ごぼう しょうが ★キャベツ さとう あぶら ★わかめ にんじん こまつな ★たまねぎ おわらふ、ぶどうゼリー	なんばん ぎゅうにゅう ぎゅうにくのしぐれにどんぶり すましじる ぶどうゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ぎゅうにくのしぐれにどんぶり すましじる ぶどうゼリー
16	水	パン ぎゅうにゅう はちみつ ポークビーンズ やさいのアーモンドいため	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ ぶたにく チーズパウダー にんじん ★たまねぎ グリーンピース あかいんげんまめ じゃがいも あぶら しらすぼし ★こまつな ★キャベツ ローストアーモンド	パン ぎゅうにゅう はちみつ ポークビーンズ 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 はちみつ ポークビーンズ キャベツのアーモンドいため
17	木	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ さばのオイルやき いそかあえ むらくもじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ さばのオイルやき きざみのり ★キャベツ けいにく たまご にんじん ★こまつな ★たまねぎ てんぷん	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ さばのオイルやき いそかあえ むらくもじる	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 いそかあえ むらくもじる
18	金	パン ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム レバーのケチャップに じゃがいものソテー ワントンスープ	パン ☆ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム とりレバー しょうが さとう じゃがいも あぶら にんじん ★たまねぎ ★キャベツ きくらげ ウエーブワントン	パン ぎゅうにゅう くろまめきなこクリーム レバーのケチャップに じゃがいものソテー ワントンスープ	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・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) レバームース ケチャップソース じゃがいものソテー ワントンスープ
21	月	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ミートソーススパゲッティ ツナサラダ	☆パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム あいびきにく にんじん トマトピューレ ★たまねぎ グリーンピース スパゲッティ さとう てんぷん あぶら まぐろスープに ★キャベツ	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ミートソーススパゲッティ ツナサラダ	パンがゆ(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう おちゃゼリー あまおういちごジャム(押・Ⅱ) はちみつ(Ⅰ) ミートソーススパゲッティ フィッシュサラダ
22	火	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう ミックスフルーツ ヨーグルト  <b>お楽しみ献立</b>	★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 グリーンピース じゃがいも こおぎこ 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) ヨーグルト	なんばん ぎゅうにゅう カレーライス ミックスフルーツ ヨーグルト	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パニラ
23	水	ちいさいくろざとうパン ぎゅうにゅう りんごジャム さらうどん あげギョーザ にまめ	くろざとうパン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム ぶたにく てんぷら にんじん ★たまねぎ ★キャベツ きくらげ しろねぎ ちゅうかめん てんぷん あぶら ごまあぶら ギョーザ きんときまめ さとう	ちいさいくろざとうパン ぎゅうにゅう りんごジャム さらうどん あげギョーザぎんあん にまめ	くろざとうパンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー りんごジャム さらうどん ほたてのクリームにこごり

※【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		そしゃく食	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
24	木	ごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライタルソース ひじきのいために あいのしまさんわかめのみそしる	★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 てんぷら ひじき にんじん さんおんとう みそ ★わかめ ★こまつな ★たまねぎ じゃがいも	なんばん ぎゅうにゅう ししゃもフライタルソース ひじきのいために あいのしまさんわかめのみそしる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー しろみぎかなのムース マヨネーズソース ひじきのいために あいのしまさんわかめのみそしる
25	金	ごはん ぎゅうにゅう なっとう ぎゅうにくとじゃがいものふくめに キャベツとにんじんのごまずあえ	★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 ★たまねぎ いとこんやく 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 にくとじゃがいものふくめに キャベツとにんじんのごまずあえ	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 キャベツのごまずあえ
28	月	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト けいにくとやさいのシチュー (ワートルゾーイ) リエージュふうサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト けいにく だっしふんにゅう シュレットチーズ にんじん ★たまねぎ こむぎこ あぶら マーガリン ベーコン さやいんげん じゃがいも	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト にくとやさいのシチュー (ワートルゾーイ) リエージュふうサラダ	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 けいにくとやさいのシチュー (ワートルゾーイ) リエージュふうサラダ
30	水	かやくごはん ぎゅうにゅう ポークシューマイ にくすい	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく にんじん さやいんげん ごぼう しょうが いとこんやく ほししいたけ さんおんとう あぶら ポークシューマイ ぎゅうにく どうふ ★こまつな ★たまねぎ しろねぎ さとう	なんばん ぎゅうにゅう かやくごはん ポークシューマイ にくすい	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー かやくごはん いとよくだい にくすい

		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 <sub>1</sub> mg	ビタミンB <sub>2</sub> mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g	
月平均	小倉総合(肢体部)・八幡西 普通食	小学部	533 (520)	20.1 (16.9~26.3)	18.1 (11.6~17.3)	328 (280)	68 (40)	2.4 (2.4)	277 (160)	0.37 (0.30)	0.52 (0.30)	20 (20)	4.9 (3.6以上)	1.6 (1.6未満)
		中学部	663 (660)	24.8 (21.5~33.0)	21.5 (14.7~22.0)	360 (360)	87 (96)	3.1 (3.6)	410 (240)	0.48 (0.40)	0.61 (0.50)	29 (28)	7.1 (5.6以上)	2.1 (2.0未満)
		高等部	663 (660)	24.8 (21.5~33.0)	21.5 (14.7~22.0)	360 (290)	87 (104)	3.1 (3.2)	410 (250)	0.48 (0.40)	0.61 (0.50)	29 (28)	7.1 (6.0以上)	2.1 (2.0未満)
	普通食	小学部	355 (350)	16.4 (15.8)	16.5 (15.5)	239 (-)	40 (-)	0.8 (-)	169 (-)	0.14 (-)	0.36 (-)	18 (-)	2.2 (-)	1.4 (-)
		中高等部	453 (450)	20.1 (20.3)	21.0 (20.0)	276 (-)	52 (-)	1.1 (-)	235 (-)	0.17 (-)	0.43 (-)	22 (-)	3.1 (-)	1.9 (-)
		嚥下食Ⅱ	356 (350)	16.5 (15.8)	17.5 (15.5)	283 (-)	42 (-)	1.2 (-)	180 (-)	0.19 (-)	0.43 (-)	21 (-)	2.2 (-)	1.2 (-)
		嚥下食Ⅰ	311 (300)	14.4 (13.5)	13.9 (13.3)	266 (-)	36 (-)	1.4 (-)	154 (-)	0.20 (-)	0.39 (-)	22 (-)	1.6 (-)	0.8 (-)

## 毎月の学校給食献立表をご覧になっていますか？

学校給食は、主食・牛乳・副食を基本として、栄養がバランスよくとれるように毎日の献立を工夫し、1日に必要な栄養量のおよそ3分の1をとれるようにしています。

子どもたちの健やかな発育のためには、朝・昼・夕の食事の栄養バランスが大切です。ご家庭での食事作りに、学校給食の献立表をぜひ活用してください。

毎日よく見て、家庭の食事と重ならないように、ご家庭での食事作りにご活用ください。

日	曜	普通食		そしゃく食	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
15	火	ぎゅうにくのしぐれにどんぶり ぎゅうにゅう すましじる ぶどうゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく ごぼう しょうが キャベツ さとう あぶら わかめ にんじん ★こまつな たまねぎ おわらふ、ぶどうゼリー	なんばん ぎゅうにゅう ぎゅうにくのしぐれにどんぶり すましじる ぶどうゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ぎゅうにくのしぐれにどんぶり すましじる ぶどうゼリー



# 学校給食と子どもたち

子どもたちにとって、食事は欠かすことのできない大切な活動です。生涯を通じて健康で安全に、活力ある生活を送るための基礎づくりができ、発達を促すさまざまな体験学習の場でもあります。



特別支援学校では、給食室と隣接したランチルームで食事をします。食べる人が作る人を、作る人が食べる人を見ながら、ふれあうことができます。このふれあいを活かし、子ども一人ひとりが安心して楽しく食べることができるように、いろいろな工夫をしています。






食を通して、子ども一人ひとりの健やかな体づくりと心豊かな生活づくりのお手伝いができればと考えています。

## 特別支援学校の食事内容は…

- (1) 季節の食材を組み合わせ、バランスのよい食事内容にします。
- (2) 食事の量については、個々の健康状態や生活活動の実態などを把握し、それぞれに応じて対応します。
- (3) 無理なく安心して食事ができるように、食事内容を工夫します。
  - ① それぞれに合わせた食事を段階的に提供します。(下記参照)
  - ② 低栄養状態や脱水、便秘などを起こさないように、食事内容を工夫します。
- (4) 一人ひとりが持っている潜在能力を引き出せるように、個に応じた食事内容にします。
- (5) 行事食を取り入れます。



## \*肢体不自由特別支援学校の食事形態

発達段階	自立期	後期	中期	初期		経口摂取準備期
食形態	普通食	そしゃく食	押しつぶし食	嚥下食Ⅱ	嚥下食Ⅰ	開始食
目標	 自分で食べる。	 口唇を閉じて奥歯や歯茎でかむ。	 しっかり口を閉じる。舌でつぶして食べる。	 口を閉じて取り込む。	 口を閉じて飲み込む。	食べ物が口に入っても嫌がらない。味覚の幅を広げていく。

肢体不自由特別支援学校では、独自に献立を作成し、子どもたちの状況に合わせた「特色ある献立づくり」を行っています。

献立に関するご意見やご要望がありましたら、栄養教諭までお知らせください。