



令和7年2月分特別支援学校給食献立表



2月は、節分にちなんだ献立を取り入れ、厄除けや健康を願う風習を知らせます。
また、体を温める根菜を使った献立を取り入れ、かぜを予防する食事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
3	月	さげずし ぎゅうにゅう かすじる いよかんゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さげフレーク たまご さとう あぶら ぶたにく みそ にんじん ★おおばしゆんぎく ★だいこん さといも さげかす いよかんゼリー	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さげずし かすじる いよかんゼリー	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー さげのムース ぎんあん かすじる オレンジ
4	火	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ハンバーグのバーベキューソース ブロッコリー キャベツとだいこんのホットスープ	パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ハンバーグ りんご かぼすかじゅう さとう でんぷん ★ブロッコリー ベーコン にんじん ★だいこん たまねぎ ★キャベツ	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ハンバーグのバーベキューソース ブロッコリー キャベツとだいこんのホットスープ	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 ミートムース バーベキューソース ブロッコリー キャベツとだいこんのホットスープ
5	水	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ だいこんのべっこうに うちこみじる ぶどうゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ぶたにく ★だいこん さんおんとう あぶら けいにく あぶらあげ みそ にんじん ☆はくさい ☆しいたけ しろねぎ うどん ぶどうゼリー	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ だいこんのべっこうに うちこみじる ぶどうゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー のりつくだに(押) だいこんのべっこうに うちこみじる ぶどうゼリー
6	木	パン ぎゅうにゅう ミックスジャム じばさんやさいのピザソース はくさいスープ とうにゅうパンナコッタ	パン ☆ぎゅうにゅう ミックスジャム ベーコン クッキングチーズ ★ブロッコリー トマトピューレ ★キャベツ でんぷん あぶら あらびきウインナー にんじん たまねぎ ☆はくさい じゃがいも とうにゅうパンナコッタ	パン ぎゅうにゅう ミックスジャム じばさんやさいのピザソース はくさいスープ とうにゅうパンナコッタ	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) じばさんやさいのピザソース はくさいスープ バナナデザート
7	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 ヨーグルト	★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 でんぷん あぶら ごまあぶら たまご ☆チンゲンサイ たまねぎ ヨーグルト	なんばん ぎゅうにゅう ホイコーロー チンゲンサイのスープ ヨーグルト	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 クリームヨーグルトバナナ
10	月	ごはん ぎゅうにゅう チキンなんばんふうタルタルソース キャベツソテー ざぶじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう チキンナゲット さとう タルタルソース ★キャベツ あぶら あつあげ にんじん ★だいこん ごぼう しろねぎ ☆しいたけ じゃがいも	なんばん ぎゅうにゅう チキンなんばんふうタルタルソース キャベツソテー ざぶじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース なんばんソース キャベツソテー ざぶじる
12	水	パン ぎゅうにゅう ミルククリーム フライドポテト にくだんごとたまごのスープ	パン ☆ぎゅうにゅう ミルククリーム じゃがいも あぶら 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	パン ぎゅうにゅう ミルククリーム フライドポテト にくだんごとたまごのスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はちみつマーガリン(押・Ⅱ)りんごジャム(Ⅰ) じゃがいものプリン にくだんごとたまごのスープ
13	木	ごはん ぎゅうにゅう 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	★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし ぎゅうにゅう 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 くるまめ 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
14	金	ごはん ぎゅうにゅう ふるふきだいこん(ごまみそだれ) のっぺいじる チョコレートプリン	★ごはん ☆ぎゅうにゅう みそ ★だいこん さとう ねりごま けいにく あつあげ にんじん ★ごまつな さといも でんぷん チョコレートプリン	なんばん ぎゅうにゅう ふるふきだいこん のっぺいじる チョコレートプリン	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ふるふきだいこん のっぺいじる チョコムース

※【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。はしとはしはこはよく洗い、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・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
17	月	パン ぎゅうにゅう はちみつ じゃがいもとソーセージの マスタードいため ロールキャベツふうスープ	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ フランクフルトソーセージ たまねぎ じゃがいも あぶら ノンエッグマヨネーズ ミートボール トマト(かん) ★キャベツ	パン ぎゅうにゅう はちみつ じゃがいもとぎよにくソーセージの マスタードいため ロールキャベツふうスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー はちみつ じゃがいもとソーセージのマスタードいため ロールキャベツふうスープ
18	火	ごはん ぎゅうにゅう さかなのみそがらめ むらくもじる みかんゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう 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 たまご にんじん ★こまつな たまねぎ みかんゼリー	なんばん ぎゅうにゅう さかなのみそがらめ むらくもじる みかんゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ほたてのムース みそあん むらくもじる みかんゼリー
19	水	ごはん ぎゅうにゅう いわしのおかかに うまかろーまとキャベツの ごまあえ じゃがいものみそしる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう いわしおかに ★おぼしゆんぎく ★キャベツ さとう ごま あつあげ みそ ★わかめ たまねぎ じゃがいも	なんばん ぎゅうにゅう いわしのおかかに うまかろーまとキャベツのごまあえ じゃがいものみそしる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー いわしのムース ぎんあん うまかろーまとキャベツのあえもの じゃがいものみそしる
20	木	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ビーンズシチュー てつぶんたつぶりいろどりサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう けいにく あまおういちごジャム だっしふんにゅう にんじん たまねぎ ★キャベツ こむぎこ あかいんげんまめ あぶら マーガリン まぐろあぶらつけ ひじき ★ブロッコリー パプリカ ノンエッグマヨネーズ	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ビーンズシチュー てつぶんたつぶりいろどりサラダ	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) ビーンズシチュー てつぶんたつぶりいろどりサラダ
21	金	さんしよくごはん(とりそぼろ) ぎゅうにゅう みそラーメンふうみそしる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう とりひきにく たまご きざみのり しょうが さんおんどう さとう あぶら ぶたにく みそ ★わかめ にんじん ★キャベツ いとこんにやく しろねぎ じゃがいも マーガリン	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さんしよくごはん(とりそぼろ) みそラーメンふうみそしる	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー とりのムース べっこうあん みそラーメンふうみそしる
25	火	パン ぎゅうにゅう りんごジャム レバーのケチャップに カリフラワー キャベツとだいこんのチャウダー	パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム とりレバー しょうが さとう ☆カリフラワー ベーコン だっしふんにゅう にんじん ★キャベツ ★だいこん たまねぎ しろはなまめ しろいんげんまめ マーガリン	パン ぎゅうにゅう りんごジャム レバーのケチャップに カリフラワー キャベツとだいこんのチャウダー	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー りんごジャム レバーのケチャップソース カリフラワー キャベツとだいこんのチャウダー
26	水	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう はくどう(かん) クリームヨーグルトパニラ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ギゅうにく 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 はくどう(かん) クリームヨーグルトパニラ	なんばん ぎゅうにゅう ビーフカレーライス はくどう(かん) クリームヨーグルトパニラ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ビーフカレー はくどう クリームヨーグルトパニラ
27	木	ちいさいパン ぎゅうにゅう スライスチーズ えびてんうどん キャベツとこまつなのじゃこいため	パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ えびてんぷら たまねぎ しろねぎ うどん しらすばし ★こまつな ★キャベツ あぶら	ちいさいパン ぎゅうにゅう ソフトチーズ えびてんうどん キャベツとこまつなのじゃこいため	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー いちごマーガリン(押・Ⅱ)はちみつ(Ⅰ) えびてんうどん キャベツとこまつなのソテー
28	金	ごはん ぎゅうにゅう わふうサイコロステーキ やさいスープ りんごゼリー お楽しみ献立	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ギゅうにく たまねぎ ☆セロリー ☆マッシュルーム りんご さとう あぶら マーガリン にんじん ★キャベツ じゃがいも りんごゼリー	なんばん ぎゅうにゅう わふうサイコロステーキ やさいスープ りんごゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ビーフムース わふうステーキソース やさいスープ あおりんごゼリー

		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	
月平均	小倉総合(肢体部)・八幡西 普通食	小学部	529 (520)	19.3 (16.9~26.3)	17.9 (11.6~17.3)	331 (280)	65 (40)	2.4 (2.4)	188 (160)	0.37 (0.30)	0.49 (0.30)	26 (20)	4.4 (3.6以上)	1.7 (1.6未満)
		中学部	659 (660)	24.3 (21.5~33.0)	21.9 (14.7~22.0)	361 (360)	78 (96)	2.9 (3.6)	273 (240)	0.48 (0.40)	0.58 (0.50)	37 (28)	6.1 (5.6以上)	2.2 (2.0未満)
		高等部	659 (660)	24.3 (21.5~33.0)	21.9 (14.7~22.0)	361 (290)	78 (104)	2.9 (3.2)	273 (250)	0.48 (0.40)	0.58 (0.50)	37 (28)	6.1 (6.0以上)	2.2 (2.0未満)
	押しつぶし食	小学部	355 (350)	17.0 (15.8)	15.8 (15.5)	255 (-)	41 (-)	0.9 (-)	149 (-)	0.15 (-)	0.36 (-)	26 (-)	2.1 (-)	1.3 (-)
		中高等部	453 (450)	21.0 (20.3)	20.3 (20.0)	293 (-)	54 (-)	1.3 (-)	206 (-)	0.18 (-)	0.44 (-)	32 (-)	3.0 (-)	1.8 (-)
		嚥下食Ⅱ	356 (350)	16.9 (15.8)	16.9 (15.5)	299 (-)	43 (-)	1.3 (-)	152 (-)	0.21 (-)	0.42 (-)	27 (-)	2.1 (-)	1.1 (-)
嚥下食Ⅰ	308 (300)	14.7 (13.5)	13.6 (13.3)	278 (-)	37 (-)	1.5 (-)	131 (-)	0.20 (-)	0.38 (-)	27 (-)	1.6 (-)	0.8 (-)		

【公式】北九州市学校給食Instagram ぜひご覧ください!!

毎日の給食の献立や、給食室での調理の様子等、給食に関する情報を幅広く紹介しています。
 いつも、たくさんの「いいね!」や、温かいコメントをありがとうございます。
 ぜひ、フォローや「いいね!」をお願いします!



食べさせ方のポイント

—水分編—

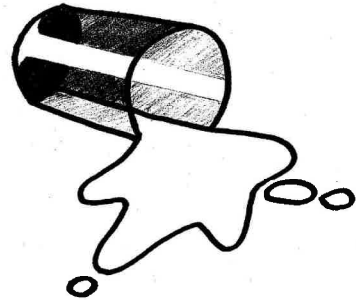
液体は、あっという間に咽頭に流れ込んでしまい、むせやすいため、注意が必要です。

固形物よりも難しい「水分」

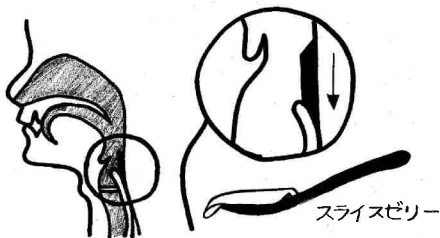
固形物を食べるよりも水分を飲むの方が難しい理由として、移動する速度の違いがあります。

固形物だと、口の中でつぶしたり、送り込んだりと、食べ物を処理する過程があります。しかし、液体は本人の意思とは別に、口に入るとすぐに咽頭に流れて行ってしまいます。固形物に比べて水分摂取が難しいのはそのためです。

水分を摂るときには、固形物より慎重な対応が必要です。姿勢を整えたり、飲み込むときに口唇を閉じる介助を行ったりするなど、いろいろな条件を整えて行いましょう。



練習を始める時期は…



飲み込む（嚥下）練習をしている子どもにとって水分は難しく、むせや誤嚥の危険があります。そのため、お茶ゼリーや牛乳ゼリーのようにゼラチンで固めたものを用います。

飲み込みが上手くできるようになると、つぎはとろみ茶を使って練習をします。ある程度、口唇を閉じて食べ物を取り込めるようになってから、水分での練習を始めましょう。

水分練習のステップ

◎ まずはスプーンから

まずはスプーンから始めます。スプーンで一口ずつ飲む練習が進んだら、カトコップを使って、一口飲みの練習を始めます。

◎ 少量ずつ

少量ずつ、舌で水分を受け止め、咽頭に流れ込まないように保持しながら、水分を摂取させるようにします。

* 量が多かったり、連続して入ってきたりすると対応できず、おぼれた状態になるため、注意が必要です。

◎ 上唇を水面に触れさせる

上唇が液体に触れるようにします。

* スプーンを傾けず、少し待って、「自分で飲もう」とする動きを引き出してあげましょう。

* 流し込んで飲ませても、うまく飲み込めるようにはなりません。

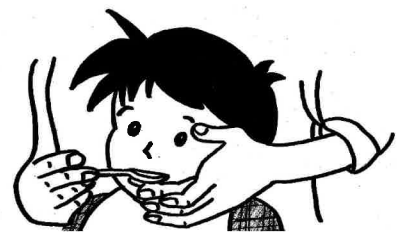
◎ 飲み込むまでは口唇を介助

◎ コップもスプーンと同様

コップの場合も上唇が液体に触れるようにします。

一回に嚥下できる量が入ったら、ごっくと飲み込むまでは様子を見ます。

* 連続して飲めるようになったら、子どもの嚥下リズムに合わせ、コップを持つ手の「力の入れ加減」を調整しながら介助します。



① スプーンを横向きに持つ。下唇の上に乗せる。（スプーンの縁は前歯の手前でとめる。）



② 上唇を軽くおろして水面に触れさせ、上唇を濡らしながら飲ませる。