



令和8年11月分特別支援学校給食献立表



11月は、いい歯の日にちなんだ献立を取り入れ、健康な歯と口をつくる食材や栄養素を知らせたり、秋から冬にかけて収穫した食材を取り入れ、季節の移り変わりを知らせたりします。また、和食の日(いい日本食の日)にちなんだ一汁二菜の和食献立を取り入れ、和食文化の保護・継承の大切さを知らせます。



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
2 月	パン ぎゅうにゅう りんごジャム チキンナゲット〈ケチャップ〉 さつまいものホットサラダ チンゲンサイとたまごのスープ	パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム チキンナゲット にんじん さつまいも あぶら ノンエッグマヨネーズ たまご ☆チンゲンサイ たまねぎ きくらげ てんぷん	パン ぎゅうにゅう りんごジャム チキンナゲットケチャップソース さつまいものホットサラダ チンゲンサイとたまごのスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー りんごジャム とりのムース ケチャップソース さつまいものホットサラダ チンゲンサイとたまごのスープ
4 水	ごはん ぎゅうにゅう しそかつおふりかけ ヤンニョムレバー キャベツのアーモンドソテー ワンドンスープ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう しそかつおふりかけ とりレバー はちみつ ごまあぶら ★キャベツ ローストアーモンド あぶら にんじん ほうれんそう たまねぎ しょうが きくらげ ウェーブワンドン	なんばん ぎゅうにゅう しそかつおふりかけ ヤンニョムレバー キャベツのアーモンドソテー ワンドンスープ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー たいみそ(押) レバームース ヤンニョムソース キャベツのアーモンドいため ワンドンスープ
5 木	パン ぎゅうにゅう はちみつ とうふのクリームに ドレッシングキャベツ	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ けいにく ベーコン とうふ だっしふんにゅう にんじん たまねぎ グリンピース マカロニ こむぎこ あぶら マーガリン ★キャベツ みかん(シロップづけ)	パン ぎゅうにゅう はちみつ とうふのクリームに ドレッシングキャベツ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー はちみつ とうふのクリームに ドレッシングキャベツ
6 金	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかんろに ゆかりあえ いものこじる あおりんごゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さんまのかんろに しそ ★キャベツ けいにく あぶらあげ にんじん ごぼう しろねぎ ☆しいたけ さといも あおりんごゼリー	なんばん ぎゅうにゅう さんまのかんろに ゆかりあえ いものこじる あおりんごゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー いわしのムース べっこうあん ばいにくあえ いものこじる りんごゼリー
9 月	パン ぎゅうにゅう いちじくジャム ベトナムふうソテー けいにくとはるさめのスープ 《ミエンガー》 とうにゅうプリン	パン ☆ぎゅうにゅう いちじくジャム ぶたにく にんじん しょうが たまねぎ だいこん さとう あぶら ごま けいにく あつあげ ★こまつな ★キャベツ はるさめ とうにゅうプリン	パン ぎゅうにゅう いちじくジャム ベトナムふうソテー はるさめスープ とうにゅうプリン	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー あんずジャム ミートムース ベトナムふうソース とうふとキャベツのスープ バニラムース
10 火	きのこカレーライス ぎゅうにゅう ヨーグルトサラダ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく にんじん たまねぎ マッシュルーム 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 はっこうにゅう みかん(シロップづけ) おうとう(シロップづけ)	なんばん ぎゅうにゅう きのこカレーライス ヨーグルトサラダ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー きのこカレー ヨーグルトサラダ
11 水	ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード みそラーメン だいこんとわかめのごまあえ くりのムース	キャロットパン ☆ぎゅうにゅう オレンジマーマレード ぶたにく みそ ☆チンゲンサイ ★キャベツ きくらげ しろねぎ ちゅうかめん さとう あぶら ごまあぶら まぐろスープに ★わかめ だいこん ごま ノンエッグマヨネーズ くりのムース	ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード みそラーメン だいこんのツナごまあえ くりのムース	ちいさいキャロットパンがゆ 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) みそラーメン だいこんとわかめのごまあえ おうとうコンポート
12 木	ごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライ〈ちゅうのうソース〉 やさいののりごまあえ かきたまじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ししゃもフライ(こもち) あぶら きざみのり にんじん ★キャベツ さとう ごま 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 ししゃもフライ〈ちゅうのうソース〉 やさいののりごまあえ かきたまじる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ぼたてのムース ケチャップソース やさいののりごまあえ かきたまじる

※【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
13	金	さんしよくごはん(きぎみのり) ぎゅうにゅう さといものみそしる みかん	★ごはん ☆ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ たまご きぎみのり さとう ごま あぶら あつあげ みそ ★こまつな たまねぎ さといも ☆みかん	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さんしよくごはん(きぎみのり) さといものみそしる みかん(シロップづけ)	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 ごまあん さといものみそしる みかん(シロップづけ)
16	月	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト チリコンカン ゆでやさしいサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト 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 でんぶん あぶら にんじん ★キャベツ	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト チリコンカン ゆでやさしいサラダ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー チョコアンドホワイト チリコンカン ゆでやさしいサラダ
17	火	ちゅうかどんぶり ぎゅうにゅう ピリからいりたまご	★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 しょうが たまねぎ はくさい きくらげ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら たまご ★ほうれんそう しろねぎ	なんばん ぎゅうにゅう ちゅうかどんぶり たまごのピリからあんかけ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ちゅうかどんぶり ほうれんそうのピリからいため バナナデザート
18	水	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう スライスチーズ わふうカレーうどん キャベツとこまつなのじゃこいため おうとうコンポート	☆パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ ぎゅうにく あぶらあげ にんじん たまねぎ しろねぎ うどん こおぎこ あぶら マーガリン しらすばし ★こまつな ★キャベツ おうとうコンポート	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう ソフトチーズ わふうカレーうどん キャベツとこまつなのじゃこいため おうとうコンポート	ちいさいパンがゆ(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう おちやゼリー あんずジャム わふうカレーうどん キャベツとこまつなのいためのもの のりムース
19	木	ごはん ぎゅうにゅう さばのダブルみそあげ いそかあえ すましじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さば みそ でんぶん さとう あぶら きぎみのり ★キャベツ とうふ にんじん ★こまつな たまねぎ ☆しいたけ	なんばん ぎゅうにゅう さばのダブルみそあげ いそかあえ すましじる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー さけのムース みそあん いそかあえ すましじる
20	金	ごはん ぎゅうにゅう はかたわぎゅうの わふうサイコロステーキ ブロッコリー あいのしまさんわかめのみそしる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ☆ぎゅうにく 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 ★ブロッコリー あぶらあげ みそ ★わかめ だいこん ★キャベツ	なんばん ぎゅうにゅう はかたわぎゅうの わふうサイコロステーキ ブロッコリー あいのしまさんわかめのみそしる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー ビーフムース わふうステーキソース ブロッコリー あいのしまさんわかめのみそしる
24	火	パン ぎゅうにゅう なしジャム しろみぎかなのフライ クリームソース シェフのミネストローネ	パン ☆ぎゅうにゅう なしジャム ホキフライ なまクリーム ★ほうれんそう たまねぎ マッシュルーム こおぎこ あぶら マーガリン ベーコン にんじん トマト(かん) ★キャベツ あかいんげんまめ オリーブあぶら	パン ぎゅうにゅう なしジャム しろみぎかなのフライ クリームソース シェフのミネストローネ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー りんごジャム しろみぎかなのムース ほうれんそうのクリームソース ミネストローネ
25	水	ごはん ぎゅうにゅう にくとじゃがいものふくめに なっとう(たれつき)〈かつおぶし〉 ほうれんそうとキャベツの ごまずあえ	★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 なっとう かつおぶし ★ほうれんそう ★キャベツ さとう ごま	なんばん ぎゅうにゅう にくとじゃがいものふくめに ひきわりなっとう(たれつき) 〈かつおぶし〉 ほうれんそうとキャベツのごまずあえ	かゆ ちいさいキャロットパンがゆ にくとじゃがいものふくめに くろまめ ほうれんそうとキャベツのごまずあえ
26	木	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム チキンとポテトのハニーマスタード ブロッコリーのチャウダー	パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム けいにく はちみつ でんぶん じゃがいも あぶら ベーコン だっしふんにゅう にんじん ★ブロッコリー たまねぎ ★キャベツ 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 あまおういちごジャム チキンとポテトのハニーマスタード ブロッコリーのチャウダー	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) とりのムース ポテトソース ブロッコリーチャウダー
27	金	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ にくみそおでん やさしいゆずかあえ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ あつあげ てんぷら とりひきにく みそ にんじん だいこん じゃがいも さとう かつおぶし はくさい ゆずかじゅう	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ みそおでん やさしいゆずかあえ	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー のりつくだに にくみそおでん はくさいのゆずかあえ
30	月	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき きんぴらごぼう ぶたじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さけ にんじん ごぼう さんおんどう ごま あぶら ぶたにく とうふ みそ だいこん はくさい しろねぎ	なんばん ぎゅうにゅう さけのしおやきぎんあん きんぴらごぼう ぶたじる	かゆ ぎゅうにゅう おちやゼリー さけのムース ぎんあん きんぴらにんじん だいこんのみそしる

				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 ・八幡西	普通食 押しつぶし食	小学部	528 (520)	20.7 (16.9~26.3)	18.1 (11.6~17.3)	322 (280)	67 (40)	2.2 (2.4)	201 (160)	0.39 (0.30)	0.51 (0.30)	21 (20)	4.0 (3.6以上)	1.6 (1.6未満)
			中学部	662 (660)	25.6 (21.5~33.0)	22.3 (14.7~22.0)	358 (360)	87 (96)	2.8 (3.6)	293 (240)	0.52 (0.40)	0.60 (0.50)	31 (28)	5.6 (5.6以上)	2.2 (2.0未満)
			高等部	662 (660)	25.6 (21.5~33.0)	22.3 (14.7~22.0)	358 (290)	87 (104)	2.8 (3.2)	293 (250)	0.52 (0.40)	0.60 (0.50)	31 (28)	5.6 (6.0以上)	2.2 (2.0未満)
			小学部	350 (350)	16.1 (15.8)	16.3 (15.5)	219 (－)	42 (－)	1.1 (－)	160 (－)	0.25 (－)	0.46 (－)	31 (－)	1.9 (－)	1.4 (－)
			中高等部	449 (450)	20.0 (20.3)	21.0 (20.0)	256 (－)	55 (－)	1.4 (－)	220 (－)	0.29 (－)	0.54 (－)	37 (－)	2.7 (－)	1.9 (－)
			嚥下食Ⅱ	358 (350)	16.6 (15.8)	17.5 (15.5)	274 (－)	44 (－)	1.5 (－)	172 (－)	0.30 (－)	0.53 (－)	38 (－)	1.9 (－)	1.3 (－)
			嚥下食Ⅰ	306 (300)	14.1 (13.5)	13.9 (13.3)	253 (－)	37 (－)	1.6 (－)	139 (－)	0.30 (－)	0.48 (－)	38 (－)	1.4 (－)	1.0 (－)

子どもにふさわしい段階食 ーその2ー

～舌でつぶす練習ができる“軟らかさとかたち”にします～

押しつぶし食	
発達段階…押しつぶし機能獲得期  <p>しっかり口を閉じ、舌で食べ物を上あごに押しつけ、つぶしながら食べる練習をします。</p>	形態 <ul style="list-style-type: none"> ・ピューレ状のものに、舌でつぶせる程度の軟らかさの物を加えます。 ・水分には、とろみをつけます。 調理のポイント <ul style="list-style-type: none"> ・圧力鍋などを使い、軟らかく仕上げます。 ・食べにくい時は、すり鉢やスプーンの背でつぶすと食べやすくなります。

別調理のポイント

- ◎ 「軟らかさ」を段階的に調整します
- ◎ 食べ物のかたまり(食塊)をつくります
- ◎ とろみをつけます



〈おすすめ食材〉

全粥・パン粥・絹ごし豆腐
スクランブルエッグ・焼バナナ

押しつぶし食を食べやすくします

～食べ物を取り込んで、飲み込む練習ができる“ゼリー”や“ムース”にします～

嚥下食Ⅱ

〈おすすめ食材〉
ヨーグルト・パンプディング
サーモンムース・温泉卵



嚥下食Ⅰ

〈おすすめ食材〉
プリン
カスタードクリーム
水分補給ゼリー



嚥下食(Ⅰ・Ⅱ)

発達段階…捕食機能獲得期	形態(嚥下食Ⅱ)	発達段階…嚥下機能獲得期	形態(嚥下食Ⅰ)
 <p>食べ物を上唇で取り込んで、飲み込む練習をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・嚥下食Ⅰより粘膜の付着性が高く、べたつき、ざらつきが多少あるムース状やピューレ状にします。 	 <p>口唇を閉じて、飲み込む練習をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・粘膜への付着性が低く、べたつき、ざらつきがないものにします。 ・ゼリー食や滑らかなムース状のものが食べやすい。