



上段:小学部 下段:中学部、高等部

6月は、蒸し暑い梅雨の時期に梅干しを取り入れ、先人の知恵を知らせます。また、歯と口の健康週間にちなんで、よくかんで食べる食品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 |
| 1 木 | パン ぎゅうにゅう いちごジャム ぎゅうにくとたまごのいためもの もずくスープ | パン ☆ぎゅうにゅう いちごジャム たまご ぎゅうにく ピーマン しょうが ★たまねぎ さとう でんぷん あぶら ごまあぶら どうふ もずく しろねぎ | パン ぎゅうにゅう いちごジャム ミートボールのいためもの スクランブルエッグ もずくスープ | パンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー いちごジャム(押) アプリコットジャム(Ⅱ・Ⅰ) ピーフムス コンソメソース もずくスープ |
| 2 金 | きたきゅうしゅうやさいいっばいドライカレー ぎゅうにゅう ジャーマンポテト とうにゅうパンナコッタ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく にんじん ★こまつな ★トマト ★たまねぎ しょうが でんぷん あぶら ベーコン ★じゃがいも マーガリン とうにゅうパンナコッタ | なんぼん ぎゅうにゅう きたきゅうしゅうやさいいっばいドライカレー ジャーマンポテト 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 きたきゅうしゅうやさいいっばいドライカレー マッシュポテト ヨーグルト |
| 5 月 | ひじきのませごはん ぎゅうにゅう うちこみじる ムース | ★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 けいにく あぶらあげ みそ ☆キャベツ ☆なましいたけ しろねぎ うどん ムース | なんぼん ぎゅうにゅう ひじきのませごはん うちこみじる ムース | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ひじきいりムース べっこうあん うちこみじる パナラムース |
| 6 火 | パン ぎゅうにゅう ミックスジャム じゃがいものインドふう あいのしまさんわかめとどうふのスープ かたぬきチーズ | パン ☆ぎゅうにゅう ミックスジャム 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 ★わかめ しろねぎ チーズ | パン ぎゅうにゅう ミックスジャム ミートボールのインドふう フライドポテト あいのしまさんわかめとどうふのスープ かたぬきチーズ | 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) りんごジャム(Ⅰ) じゃがいものインドふう あいのしまさんわかめとどうふのスープ |
| 7 水 | ごはん ぎゅうにゅう ごぼうとぎゅうにくのいために キャベツのみそしる ヨーグルト | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく ごぼう いとごんにやく さとう あぶら あつあげ みそ にんじん ★たまねぎ ☆キャベツ ★じゃがいも ヨーグルト | なんぼん ぎゅうにゅう ごぼうとミートボールのいために キャベツのみそしる ヨーグルト | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ピーフムス ごぼうのソース キャベツのみそしる クリームヨーグルトパナラ |
| 8 木 | パン ぎゅうにゅう スライスチーズ ポークビーンズ イタリアンドレッシングサラダ | パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ 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 ☆きゅうり ☆キャベツ オリーブあぶら | パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ポークビーンズ イタリアンドレッシングサラダ | パンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ソフトチーズ(押) アプリコットジャム(Ⅱ・Ⅰ) ポークビーンズ イタリアンドレッシングサラダ |
| 9 金 | 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 チンゲンサイのスープ | ★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 てんぷら ひじき にんじん さんおんどう たまご ☆チンゲンサイ ★たまねぎ きくらげ でんぷん ごまあぶら | なんぼん 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 チンゲンサイのスープ | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー はたてのムース マヨネーズソース ひじきのいために チンゲンサイのスープ |
| 12 月 | ごはん ぎゅうにゅう なっとう きりぼしだいこんのふくめに しおぶたじる あまおういちごゼリー | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし けいにく にんじん きりぼしだいこん しろねぎ あぶら ぶたにく ごぼう ☆キャベツ さんおんどうあまおういちごゼリー | なんぼん ぎゅうにゅう ひきわりなっとう じゃがいものふくめに しおぶたじる あまおういちごゼリー | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー くるめ とりのムース わふうあん しおぶたじる りんごゼリー |
| 13 火 | パン ぎゅうにゅう ミルククリーム しろみぎかなのフライ キャベツソテー じゃがいもとピーマンのスープ | パン ☆ぎゅうにゅう ミルククリーム ホキフライ あぶら ☆キャベツ ベーコン ピーマン ★じゃがいも | パン ぎゅうにゅう ミルククリーム しろみぎかなのフライ キャベツソテー じゃがいもとピーマンのスープ | パンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ココアクリーム しろみぎかなのムース べっこうあん キャベツソテー じゃがいもとグリーンピースのスープ |
| 14 水 | ビーンズカレーライス ぎゅうにゅう ミックスフルーツ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう あいびきにく にんじん ★たまねぎ りんご ほしぶどう あかいんげんまめ ★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) | なんぼん ぎゅうにゅう ビーンズカレーライス はくどう(かん) | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ピーフカレー ミックスフルーツ |
| 15 木 | パン ぎゅうにゅう いちごマーガリン ハンバーグのトマトソース チャウダー | パン ☆ぎゅうにゅう いちごマーガリン ★トマト さとう オリーブあぶら ベーコン だっしふんにゅう にんじん ★たまねぎ ★じゃがいも しろはなまめ しろいんげんまめ トマト(かん) マーガリン ハンバーグ | パン ぎゅうにゅう いちごマーガリン ハンバーグのトマトソース チャウダー | パンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー いちごマーガリン(押) りんごジャム(Ⅱ・Ⅰ) ピーフムス ケチャップソース チャウダー |

※【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。

～ 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 |
| 16 | 金 | ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ かいかに キャベツとツナのいためもの | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ぎゅうにく やきどうふ たまご にんじん ★たまねぎ ★じゃがいも さんおんどう あぶら まぐろあぶらづけ ☆キャベツ | たまごのなんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ふくめに キャベツとツナのいためもの | たまごのおかゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー かいかに やさしいソテー |
| 19 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめに いそかあえ じゃがいものみそしる | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう いわし ばいにく しょうが さんおんどう きざみのり ☆キャベツ あつあげ みそ ★こまつな ★たまねぎ ★じゃがいも | なんばん ぎゅうにゅう いわしのうめに いそかあえ じゃがいものみそしる | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー いわしのムース ばいにくあん いそかあえ じゃがいものみそしる |
| 20 | 火 | ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう はちみつ アスパラのわふうスパゲッティ やさしいアーモンドいため すいか | キャロットパン ☆ぎゅうにゅう はちみつ あらびきウインナー ★たまねぎ スパゲッティ あぶら オリーブあぶら しらすぼし ★こまつな ☆キャベツ ローストアーモンド すいか グリーンアスパラガス | ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう はちみつ アスパラのわふうスパゲッティ やさしいアーモンドいため すいか | ちいさいキャロットパンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー はちみつ アスパラのわふうスパゲッティ キャベツとこまつなのソテー すいか |
| 21 | 水 | こまつなとトマトのピザライス ぎゅうにゅう やさしいスープ クリームヨーグルトバナナ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく トマト(かん) クッキングチーズ ★こまつな ★トマト バジル ★たまねぎ さとう あぶら にんじん ☆キャベツ ★じゃがいも クリームヨーグルトバナナ | なんばん ぎゅうにゅう こまつなとトマトのピザライス やさしいスープ クリームヨーグルトバナナ | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー こまつなとトマトのピザライス やさしいスープ クリームヨーグルトバナナ |
| 22 | 木 | ちいさいくろざとうパン ぎゅうにゅう いちじくジャム ぶたのかくにうどん にんじんシリシリ パインゼリー | くろざとうパン ☆ぎゅうにゅう いちじくジャム ぶたにく にんじん ★たまねぎ しろねぎ うどん くろざとう まぐろあぶらづけ あぶら パインゼリー | ちいさいくろざとうパン ぎゅうにゅう いちじくジャム ぶたのかくにうどん にんじんシリシリ パインゼリー | ちいさいくろざとうパンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー オレンジマーマレード(押・Ⅱ) アプリコットジャム(Ⅰ) にくうどん にんじんシリシリ アセロラゼリー |
| 23 | 金 | ごはん ぎゅうにゅう ひきにくと豆腐のにももの ナムル ぶどうゼリー | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたひきにく にんじん ★たまねぎ きくらげ しろねぎ さとう てんぷん あぶら ★ほうれんそう ☆キャベツ ごま ごまあぶら ぶどうゼリー しめどうふ | なんばん ぎゅうにゅう ミートボールと豆腐のにももの ナムル ぶどうゼリー | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー にくと豆腐のにももの ナムル グレーゼリー |
| 26 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかどんぶり にまめ ポークシューマイ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたにく かくてん にんじん ☆チンゲンサイ しょうが ★たまねぎ ☆キャベツ しろねぎ きくらげ さとう てんぷん あぶら ごまあぶら きんときまめ ポークシューマイ | なんばん ぎゅうにゅう ちゅうかどんぶり にまめ ポークシューマイ | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー ちゅうかどんぶり にまめ いとよりだい |
| 27 | 火 | パン ぎゅうにゅう りんごジャム レバーのバーベキューソースあえ しらすいりあおのりキャベツ ミネストローネ | パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム とりレバー りんご かぼすかじゅう さとう しらすぼし あおのり ☆キャベツ あぶら ベーコン トマト(かん) ★たまねぎ グリンピース マカロニ あかいはげんまめ ★じゃがいも チーズパウダー | パン ぎゅうにゅう りんごジャム レバーのバーベキューソース しらすいりあおのりキャベツ ミネストローネ | パンがゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー りんごジャム レバーソース バーベキューソース キャベツのいためもの ミネストローネ |
| 28 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう どうふいりちゅうかふうに キャベツとこまつなのじゃこいため バナナ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたひきにく とうふ にんじん ほうれんそう しょうが ★たまねぎ きくらげ さとう てんぷん あぶら ごまあぶら しらすぼし ★こまつな ☆キャベツ バナナ | なんばん ぎゅうにゅう どうふいりちゅうかふうに キャベツとこまつなのじゃこいため バナナ | かゆ ぎゅうにゅう・おちゃゼリー たいみそ(押のみ) どうふいりちゅうかふうに キャベツとこまつなのソテー バナナデザート |
| 29 | 木 | パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ツナじゃがいも なつやさいスープ りんごヨーグルト | パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト まぐろあぶらづけ グリンピース ★じゃがいも あぶら ベーコン トマト(かん) にんじん ★たまねぎ とうがん あかいはげんまめ りんごヨーグルト | パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ツナじゃがいも なつやさいスープ りんごヨーグルト | 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 じゃがいものプリン なつやさいスープ |
| 30 | 金 | ごはん ぎゅうにゅう さけふりかけ ピリからにくじゃが キャベツとにんじんのごまぜあえ | ★ごはん ☆ぎゅうにゅう さけふりかけ 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 さんおんどう あぶら ☆キャベツ さとう ごま | なんばん ぎゅうにゅう さけふりかけ ピリからにくじゃが キャベツとにんじんのごまぜあえ | 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 やさしいごまぜあえ はたてのクリームにこごり |

| 月平均 | 小 学 部 | 中 学 部 | 高 等 部 | 小 学 部 | 中 高 等 部 | 嚥下食Ⅱ | 嚥下食Ⅰ | 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 | mg | g |
| 小 学 部 | 普通食 | 530 (520) | 19.8 (16.9~26.3) | 18.0 (14.8~17.3) | 340 (280) | 76 (40) | 2.2 (2.4) | 189 (160) | 0.39 (0.30) | 0.48 (0.30) | 30 (20) | 4.7 (3.6以上) | 1.7 (1.6未満) | | | | | | |
| | 普通食 | 659 (660) | 24.7 (21.5~33.0) | 21.9 (14.7~22.0) | 373 (360) | 98 (96) | 2.9 (3.6) | 274 (240) | 0.50 (0.40) | 0.55 (0.50) | 39 (28) | 6.8 (5.6以上) | 2.2 (2.0未満) | | | | | | |
| | 普通食 | 659 (660) | 24.7 (21.5~33.0) | 21.9 (14.7~22.0) | 373 (290) | 98 (104) | 2.9 (3.2) | 274 (250) | 0.50 (0.40) | 0.55 (0.50) | 39 (28) | 6.8 (6.0以上) | 2.2 (2.0未満) | | | | | | |
| | 普通食 | 355 (350) | 16.5 (15.8) | 16.0 (15.5) | 243 (-) | 45 (-) | 1.2 (-) | 150 (-) | 0.25 (-) | 0.45 (-) | 36 (-) | 2.5 (-) | 1.3 (-) | | | | | | |
| | 普通食 | 453 (450) | 20.4 (20.3) | 20.6 (20.0) | 282 (-) | 59 (-) | 1.6 (-) | 206 (-) | 0.29 (-) | 0.52 (-) | 41 (-) | 3.4 (-) | 1.8 (-) | | | | | | |
| | 嚥下食Ⅱ | 356 (350) | 16.7 (15.8) | 16.6 (15.5) | 294 (-) | 46 (-) | 1.6 (-) | 155 (-) | 0.30 (-) | 0.51 (-) | 42 (-) | 2.5 (-) | 1.2 (-) | | | | | | |
| | 嚥下食Ⅰ | 312 (300) | 14.5 (13.5) | 13.7 (13.3) | 272 (-) | 38 (-) | 1.8 (-) | 132 (-) | 0.30 (-) | 0.47 (-) | 44 (-) | 1.9 (-) | 0.8 (-) | | | | | | |







学校給食の食事内容



特別支援学校では、普通食に加えて、そしゃく食、押しつぶし食、嚥下食Ⅱ、嚥下食Ⅰの5段階の食事を用意し、一人一人の児童生徒に合った食事の提供を目指しています。

その目的は、無理なく安心して食事ができること、一人一人が持っている能力を引き出し、食べる機能の発達を促すことです。

《食べる機能の発達を促す食形態》

| | 自立期 | 後期 | 中期 | 初期 | |
|----|---|---|---|---|-----------|
| 目標 |  |  |  |  | |
| | 自分で食べる | 口唇を閉じて奥歯や歯茎で噛む | 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 |

| 食形態 | 普通食 | そしゃく食 | 押しつぶし食 | 嚥下食Ⅱ | 嚥下食Ⅰ |
|-------|----------------------|---|---|---|-------|
| ごはん | ごはん | 軟飯 (軟らかめのごはん) | かゆ (ゼラチンを加える) | 主食ゼリー | |
| パン | パン | スティック状のパン | パン粥 | | 主食ゼリー |
| 牛乳 | 牛乳 | コップを使って一口から始め、連続して飲む練習 | 牛乳ゼリー スプーンで一口ずつ飲む練習 | 牛乳ゼリー | |
| おかず形態 | 硬すぎるものや喉に詰めやすいものは避ける | <ul style="list-style-type: none"> 一口大にする 前歯で噛み取れる 水分を多く含む 軟らかく煮る 細かすぎるもの、パサつくものは避ける | <ul style="list-style-type: none"> ピューレ状(嚥下食Ⅱ)に舌でつぶせる程度の軟らかさのものを加える 水分にはとろみをつける | <ul style="list-style-type: none"> 均質で、なめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの ゼリーやペースト状、ピューレ状、ムース状 | |

食事の練習は、発達の時期に合った食事を用いて進めていくことが大切です。少し無理をして、難しい形態のものを食べていると、食べる練習になるどころか、間違った食べ方を学習してしまうため、注意しましょう。

