

令和6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、子どもの嗜好を考えた食べやすい献立を取り入れ、楽しく食べることができるようにしています。



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	月	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 あまおういちごゼリー	★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 ★こまつな ★たまねぎ おわらふ あまおういちごゼリー	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 あまおういちごゼリー	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 バナナデザート
16	火	パン ぎゅうにゅう はちみつ 【新】しんにんじんのホワイトシチュー まめとやさいのごまドレッシングあえ	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ けいにく だっしふんにゅう シュレットチーズ にんじん ★ブロッコリー ★たまねぎ じゃがいも こむぎこ あぶら マーガリン まぐるスープに ☆キャベツ あかいんげんまめ さとう ごま	パン ぎゅうにゅう はちみつ しんにんじんのホワイトシチュー まめとやさいのごまドレッシングあえ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はちみつ しんにんじんのホワイトシチュー まめとやさいのドレッシングあえ
17	水	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ きりぼしだいこんとあつあげのうまに かきたまじる ムース	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ぶたにく あつあげ にんじん さやいんげん 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 ムース	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ じゃがいもととうふのうまに かきたまじる ムース	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー のりつくだに(押) とうふのうまに かきたまじる キャロットゼリー
18	木	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ レバーのケチャップに 【新】ラハノサラタ 【新】ファンラード	パン ☆ぎゅうにゅう ソフトチーズ とりレバー しょうが さとう にんじん ☆キャベツ オリーブあぶら ベーコン ★たまねぎ ☆セロリー あかいんげんまめ じゃがいも	パン ぎゅうにゅう ソフトチーズ レバーのケチャップに ラハノサラタ ファンラード	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー あんずジャム レバームース ケチャップソース ラハノサラタ ファンラード
19	金	ごはん ぎゅうにゅう いわしのみぞれに ほうれんそう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 いわしのみぞれに ★ほうれんそう ☆キャベツ さとう ごま あつあげ みそ ★たまねぎ しろねぎ じゃがいも	なんばん ぎゅうにゅう いわしのみぞれに ほうれんそう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 おちゃゼリー いわしのムース てりやきソース ほうれんそうとキャベツのごまあえ じゃがいものみそしる
22	月	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう ミックスフルーツ お楽しみ献立	★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 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
23	火	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう オレンジマーマレード 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 オレンジマーマレード あいびきにく にんじん トマトピューレ ★たまねぎ グリンピース スパゲッティ さとう てんぷん あぶら まぐるあぶらづけ ☆キャベツ ノンエッグマヨネーズ	ちいさいパン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう オレンジマーマレード ミートソーススパゲッティ ツナサラダ	パンがゆ(けんさんこむぎこ) 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) ミートソーススパゲッティ フィッシュサラダ

※【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 【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てみましょう ～

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
24	水	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 ゆかりあえ	★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 いとこんにやく じゃがいも さんおんとう あぶら しそ ☆キャベツ	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 ゆかりあえ	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 ばいにくあえ あおりんごゼリー
25	木	ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう りんごジャム さらうどん 【新】うらかみそばろ	キャロットパン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム ぶたにく てんぷら にんじん ☆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 さやいんげん ごぼう いとこんにやく さとう	ちいさいキャロットパン ぎゅうにゅう りんごジャム さらうどん うらかみそばろ	キャロットパンかゆ 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
26	金	ごはん ぎゅうにゅう とうふいりちゅうかふうに キャベツとにんじんのごまぜあえ みかんゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう あいびきにく どうふ にんじん ★こまつな 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 ☆キャベツ ごま みかんゼリー	なんばん ぎゅうにゅう とうふいりちゅうかふうに キャベツとにんじんのごまぜあえ みかんゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とうふいりちゅうかふうに キャベツとにんじんのごまぜあえ みかんゼリー
30	火	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ポークビーンズ アーモンドサラダ はくとうコンポート	パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム 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 ☆キャベツ ローストアーモンド はくとうコンポート	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ポークビーンズ アーモンドサラダ はくとうコンポート	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー あまおういちごジャム(押) あんずジャム(Ⅱ・Ⅰ) ポークビーンズ アーモンドサラダ はくとうコンポート

		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	小童(5歳)・小童(6歳)・小童(7歳)・小童(8歳)	普通食 小学部	523 (520)	19.6 (16.9~26.3)	17.3 (11.6~17.3)	325 (280)	75 (40)	2.2 (2.4)	285 (160)	0.38 (0.30)	0.50 (0.30)	31 (20)	5.2 (3.6以上)	1.5 (1.6未満)
		普通食 中学部	661 (660)	24.6 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	367 (360)	97 (96)	3.0 (3.6)	423 (240)	0.50 (0.40)	0.60 (0.50)	42 (28)	7.4 (5.6以上)	2.0 (2.0未満)
		普通食 高等部	661 (660)	24.6 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	367 (290)	97 (104)	3.0 (3.2)	423 (250)	0.50 (0.40)	0.60 (0.50)	42 (28)	7.4 (6.0以上)	2.0 (2.0未満)
	中学生(12歳)・高校生(15歳)	普通食 小学部	355 (350)	17.1 (15.8)	15.3 (15.5)	253 (-)	40 (-)	1.2 (-)	201 (-)	0.33 (-)	0.54 (-)	53 (-)	2.0 (-)	1.4 (-)
		普通食 中等部	453 (450)	21.0 (20.3)	19.7 (20.0)	288 (-)	53 (-)	1.5 (-)	276 (-)	0.37 (-)	0.61 (-)	58 (-)	2.9 (-)	1.9 (-)
		普通食 高等部	357 (350)	17.2 (15.8)	16.4 (15.5)	295 (-)	43 (-)	1.5 (-)	193 (-)	0.38 (-)	0.60 (-)	56 (-)	2.0 (-)	1.2 (-)
	嚥下食Ⅰ	307 (300)	14.8 (13.5)	12.9 (13.3)	275 (-)	36 (-)	1.7 (-)	158 (-)	0.39 (-)	0.55 (-)	57 (-)	1.4 (-)	0.8 (-)	

家庭での食事に学校給食の献立表をご活用ください

学校給食は、主食・牛乳・副食を基本として、栄養のバランスが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。

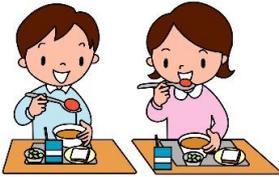
毎日よく見て、家庭の食事と重ならないように、ご家庭での食事作りにご活用ください。

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	月	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 あまおういちごゼリー	★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 ★こまつな ★たまねぎ おわらふ あまおういちごゼリー	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 あまおういちごゼリー	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 バナナデザート



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、いろいろな工夫をしています。

食事を通して、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。