



# 令和7年5月分特別支援学校給食献立表



5月は、端午の節句行事食を取り入れ、子どもの健康や成長を願う風習を知らせます。  
また、旬の地場産食材のおいしさを知らせます。



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
1	木	パン ぎゅうにゅう いちごマーガリン ポークビーンズ ドレッシングキャベツ まっちゃんムース	パン ☆ぎゅうにゅう いちごマーガリン ぶたにく チーズパウダー にんじん ★たまねぎ グリンピース あかいんげんまめ ☆じゃがいも あぶら ☆キャベツ みかん(シロップづけ) まっちゃんムース	パン ぎゅうにゅう いちごマーガリン ポークビーンズ ドレッシングキャベツ まっちゃんムース	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー あんずジャム ポークビーンズ ドレッシングキャベツ やめちゃんムース
2	金	ごはん ぎゅうにゅう チンジャオロースー ホアンホワタン バナナ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく にんじん ピーマン さやいんげん しょうが ★たまねぎ さとう あぶら たまご ★こまつな きくらげ でんぶん ごまあぶら バナナ	なんばん ぎゅうにゅう チンジャオロースー ホアンホワタン バナナ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ビーフムース オイスターあん ホアンホワタン バナナデザート
7	水	かしわめし ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる こどものひゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく あぶらあげ にんじん さやいんげん ごぼう いとこんにやく ほししいたけ さんおんどう あつあげ みそ こまつな ★たまねぎ ☆じゃがいも こどものひゼリー	なんばん ぎゅうにゅう かしわめし じゃがいものみそしる こどものひゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース ごぼうのソース じゃがいものみそしる みかんゼリー
8	木	ごはん ぎゅうにゅう かんこくふうとりにくじゃが ナムル ぶどうゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく 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 ごまあぶら ぶどうゼリー	なんばん ぎゅうにゅう かんこくふうとりにくじゃが ナムル ぶどうゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー かんこくふうとりにくじゃが ナムル ぶどうゼリー
9	金	パン ぎゅうにゅう りんごジャム スクランブルエッグ<ケチャップ> フライドポテト ベーコンいりとうにゅうスープ	パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム たまご なまクリーム マーガリン ☆じゃがいも あぶら ベーコン みそ とうにゅう にんじん ☆キャベツ ★たまねぎ	パン ぎゅうにゅう りんごジャム スクランブルエッグケチャップソース フライドポテト ベーコンいりとうにゅうスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー りんごジャム じゃがいものプリン とうにゅうスープ
12	月	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう ミックスフルーツ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう 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 ビーフカレーライス 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
13	火	パン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード メンチカツ<ちゅうのうソース> キャベツソテー ミネストローネ	パン ☆ぎゅうにゅう オレンジマーマレード メンチカツ あぶら ☆キャベツ ベーコン チーズパウダー トマト(かん) ピーマン ★たまねぎ マカロニ あかいんげんまめ ☆じゃがいも	パン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード メンチカツ<ちゅうのうソース> キャベツソテー ミネストローネ	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) ビーフムース コンソメソース キャベツソテー ミネストローネ
14	水	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ キャベツとこまつなのじゃこいため りんごゼリー	★ごはん ☆ぎゅうにゅう あいびきにく だいたい どうふ みそ しょうが しろねぎ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら しらすぼし ★こまつな ☆キャベツ りんごゼリー	なんばん ぎゅうにゅう マーボーどうふ キャベツとこまつなのじゃこいため りんごゼリー	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー マーボーどうふ キャベツとこまつなのソテー りんごゼリー
15	木	ちいさいパン ぎゅうにゅう スライスチーズ ナポリタン イタリアンドレッシングサラダ いちごのフル(カスタードババロア)	パン ☆ぎゅうにゅう スライスチーズ あらびきウインナー チーズパウダー にんじん ピーマン ★たまねぎ スパゲッティ あぶら ☆キャベツ オリーブあぶら いちごのフル	ちいさいパン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ナポリタン イタリアンドレッシングサラダ いちごのフル	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・Ⅱ)はちみつ(Ⅰ) ナポリタン イタリアンドレッシングサラダ ヨーグルト
16	金	ごはん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ししゃもフライタルタルソース キャベツときゅうりのそくせきづけ どうふじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ししゃもフライ(こもち) あぶら タルタルソース ☆キャベツ ☆きゅうり さとう ごま どうふ にんじん ★こまつな ★たまねぎ ほししいたけ	なんばん ぎゅうにゅう ひじきふりかけ ししゃもフライタルタルソース キャベツときゅうりのそくせきづけ どうふじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー のりつくだに(押) しるみざかなのムース マヨネーズソース キャベツときゅうりのそくせきづけ どうふじる

★=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。
- ※ 【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。

～ 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
19	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのさっぱりに ゆかりあえ さつきじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さば しょうが さんおんどう しそ ☆キャベツ あぶらあげ みそ ★わかめ にんじん きぬさや ★たまねぎ	なんばん ぎゅうにゅう さばのさっぱりに ゆかりあえ さつきじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いわしのムース しょうがあん ばいにくあえ さつきじる
20	火	パン ぎゅうにゅう ミックスジャム フランクソーセージのケチャップに キャロットスープ	パン ☆ぎゅうにゅう ミックスジャム フランクフルトソーセージ にんじん ★たまねぎ グリンピース さとう あぶら だっしふんにゅう ☆じゃがいも マーガリン	パン ぎゅうにゅう ミックスジャム ぎょくにゅうソーセージのケチャップに キャロットスープ	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) ミートムース ケチャップソース キャロットスープ
21	水	ごはん ぎゅうにゅう さかなのみそがらめ とうふとけいにくの ちゅうかふうスープ ムース	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ホキ みそ しょうが こおぎこ てんぷん さんおんどう あぶら けいにく とうふ にんじん ★ほうれんそう ★たまねぎ ☆キャベツ きくらげ ごまあぶら ムース	なんばん ぎゅうにゅう さかなのみそがらめ とうふとけいにくの ちゅうかふうスープ ムース	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ほたてのムース みそあん とうふのちゅうかふうスープ パニラムース
22	木	パン ぎゅうにゅう はちみつ けいにくとじゃがいものクリームに やさしいアーモンドいため	パン ☆ぎゅうにゅう はちみつ けいにく だっしふんにゅう ★たまねぎ グリンピース ☆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 けいにくとじゃがいものクリームに やさしいアーモンドいため	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はちみつ じゃがいものクリームに やさしいアーモンドいため
23	金	ごはん ぎゅうにゅう おちゃふりかけ あまからレバーポテト とんこつはるさめスープ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう おちゃふりかけ とりレバー ☆じゃがいも さとう あぶら やきぶた ☆チンゲンサイ にんじん ☆キャベツ しろねぎ きくらげ はるさめ	なんばん ぎゅうにゅう おちゃふりかけ レバーのあまからに フライドポテト とんこつはるさめスープ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー たいみそ レバームース ポテトとあまからソース とんこつスープ ももゼリー
26	月	ごはん ぎゅうにゅう けいちゃん すたてじる はくどうコンポート	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく みそ にんじん ☆キャベツ ★たまねぎ あぶら あつあげ とうにゅう こまつな しろねぎ ☆じゃがいも はくどうコンポート	なんばん ぎゅうにゅう けいちゃん すたてじる はくどうコンポート	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー とりのムース けいちゃんソース すたてじる はくどうヨーグルト
27	火	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト カレーうどん やさしいソテー	☆パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ぎゅうにく にんじん ★たまねぎ しろねぎ うどん こおぎこ さとう あぶら マーガリン ベーコン ☆キャベツ	ちいさいパン(けんさんこおぎこ) ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト カレーうどん やさしいソテー	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 カレーうどん やさしいソテー
28	水	ごはん ぎゅうにゅう なっとう(かつおぶし) こまつなとひじきのいために (ごまいり) さわにわん	★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし あぶらあげ しらすぼし ひじき にんじん ★こまつな さんおんどう ごま あぶら ごまあぶら ぶたにく ★たまねぎ ほししいたけ しろねぎ ☆じゃがいも はるさめ	なんばん ぎゅうにゅう ひきわりなっとう(かつおぶし) こまつなとひじきのいために (ごまいり) さわにわん	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー くろまめ ひじきいりとりムース ぎんあん さわにわん
29	木	パン ぎゅうにゅう いちごジャム ハンバーグのオニオンソース やさしいスープ	パン ☆ぎゅうにゅう いちごジャム ハンバーグ ★たまねぎ マーガリン にんじん ☆キャベツ ☆じゃがいも	パン ぎゅうにゅう いちごジャム ハンバーグのオニオンソース やさしいスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いちごジャム(押・Ⅱ)あんずジャム(Ⅰ) ミートムース オニオンソース やさしいスープ
30	金	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい たまごスープ ヨーグルト	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたにく てんぷら にんじん ★たまねぎ ☆キャベツ しろねぎ きくらげ てんぷん あぶら ごまあぶら たまご ★ほうれんそう ほししいたけ ヨーグルト	なんばん ぎゅうにゅう はっぼうさい たまごスープ ヨーグルト	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はっぼうさい たまごスープ クリームヨーグルトパニラ

		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	529 (520)	19.5 (16.9~26.3)	17.5 (11.6~17.3)	330 (280)	71 (40)	2.2 (2.4)	210 (160)	0.38 (0.30)	0.49 (0.30)	31 (20)	4.7 (3.6以上)	1.6 (1.6未満)
		中学部	662 (660)	24.1 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	365 (360)	92 (96)	2.9 (3.6)	308 (240)	0.50 (0.40)	0.58 (0.50)	41 (28)	6.7 (5.6以上)	2.1 (2.0未満)
		高等部	662 (660)	24.1 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	365 (290)	92 (104)	2.9 (3.2)	308 (250)	0.50 (0.40)	0.58 (0.50)	41 (28)	6.7 (6.0以上)	2.1 (2.0未満)
	押しつぶし食	小学部	350 (350)	16.7 (15.8)	15.1 (15.5)	246 (-)	39 (-)	1.0 (-)	161 (-)	0.25 (-)	0.44 (-)	38 (-)	2.1 (-)	1.3 (-)
		中等部	447 (450)	20.5 (20.3)	19.5 (20.0)	282 (-)	51 (-)	1.2 (-)	222 (-)	0.29 (-)	0.52 (-)	43 (-)	3.0 (-)	1.8 (-)
		嚥下食Ⅱ	351 (350)	16.7 (15.8)	16.6 (15.5)	288 (-)	41 (-)	1.3 (-)	171 (-)	0.26 (-)	0.47 (-)	32 (-)	2.1 (-)	1.1 (-)
嚥下食Ⅰ	310 (300)	14.8 (13.5)	13.3 (13.3)	280 (-)	36 (-)	1.6 (-)	142 (-)	0.30 (-)	0.47 (-)	44 (-)	1.6 (-)	0.7 (-)		

# 学校給食と子どもの栄養



成長期の子どもにとってバランスのとれた食事はとても大切なものです。食事を通して味わう楽しさや食べる喜びを感じながら、元気なからだをつくっていきます。学校給食は、子どもたちが生涯にわたって健康で、豊かな生活が送れることを願い、実施されています。

## ～特別支援学校の食事摂取基準～

		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
普通食	小学部	520	16.9～26.3	11.6～17.3
そしゃく食	中学部	660	21.5～33.0	14.7～22.0
押しつぶし食	小学部	350	15.8	15.5
	中学部	450	20.3	20.0
嚥下食Ⅱ	同じ	350	15.8	15.5
嚥下食Ⅰ	同じ	300	13.5	13.3



左記の摂取基準は、あくまでも目安です。その日の体調や個人差などお子さん一人ひとりの様子をよく観察しながら、食事の量を決めています。気になることやお気づきの点がありましたら、ご遠慮なくお尋ねください。

## ～ごはんの量～

米の量(g)

		小学部			中・高等部
		1・2年	3・4年	5・6年	
普通食	ごはん	50	60	70	80
そしゃく食	軟飯	48			60
押しつぶし食	かゆ	24			30
嚥下食Ⅱ	主食ゼリー	100			
嚥下食Ⅰ					



## ～パンの量～

小麦粉の量(g)

		小学部			中・高等部
		1・2年	3・4年	5・6年	
普通食	パン	40	50		60
そしゃく食	スティックパン				
押しつぶし食	パンがゆ	22.5+牛乳			28+牛乳
嚥下食Ⅱ		22.5+牛乳			
嚥下食Ⅰ	主食ゼリー	100			

