

れい わ ねん がつ がっ こう きゅうしょく こんだて ひょう
令和8年6月 学校給食献立表

ふくおかけんりつこ がとくべつしえんがっこう
福岡県立古賀特別支援学校

日付	こんだてめい 献立名	おも さい りょう めい 主な材料名			ねつりょう 熱量 (kcal)
		ち にく ほね 血や肉・骨をつくる	ちから ねつ 力や熱のもとになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	
1 (月)	牛乳 ごはん のりかつおふりかけ いわしの生姜煮 れんこんの甘辛炒め 厚揚げと小松菜のみそ汁 	ぎゅうにゅう いわしあつあげ みそのり かつおぶし	こめ おぎ ごま さとう あぶら ごま でんぷん	れんこん にんじん ピーマン たまねぎ こまつな しょうが こんにゃく	しょうがくぶ 小学部 544
					ちゅうこう 中・高 701
2 (火)	牛乳 ごはん マーボー豆腐 レモンドレッシングサラダ いちごゼリー	ぎゅうにゅう ふたにく だいず みそ とうふ ハム	こめ おぎ あぶら さとう でんぷん みずあめ	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ コーン レモン いちご	しょうがくぶ 小学部 544
					ちゅうこう 中・高 707
3 (水)	牛乳 ごはん あじの唐揚げ香味ソース いんげんのごまよごし 具だくさん汁	ぎゅうにゅう あじ てんぷら あつあげ	こめ でんぷん こめこ あぶら さとう ごま さといも	しょうが にんにく いんげん にんじん しいたけ こまつな えのきたけ	しょうがくぶ 小学部 546
					ちゅうこう 中・高 731
4 (木)	牛乳 ミルクコッペパン ビーフシチュー ごぼうと豆のサラダ さつまいもスティック 	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ハム だいず いんげんまめ	ミルクコッペパン あぶら こむぎこ じゃがいも マヨネーズ さつまいも さとう	たまねぎ にんじん ごぼう きゅうり えだまめ コーン	しょうがくぶ 小学部 555
					ちゅうこう 中・高 723
5 (金)	牛乳 ごはん 厚焼卵 切干大根と野菜のごま酢和え キャベツと鶏肉のスープ 	ぎゅうにゅう たまご とりにく かまぼこ わかめ	こめ おぎ さとう あぶら ごま	だいこん きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ	しょうがくぶ 小学部 688
					ちゅう 中 811
8 (月)	牛乳 ごはん さげぱっぱ 肉じゃが 豆腐と若芽のみそ汁 	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とうふ あぶらあげ みそ わかめ さげ	こめ おぎ あぶら さとう じゃがいも ごま	たまねぎ にんじん こんにゃく ねぎ グリーンピース	しょうがくぶ 小学部 531
					ちゅうこう 中・高 700
9 (火)	牛乳 ごはん ひじき入りシューマイ ほうれん草とベーコンのバターソテー 中華風コーンスープ ムース 	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく ひじき ベーコン たまご	こめ おぎ あぶら バター でんぷん みずあめ	にんじん コーン ほうれんそう	しょうがくぶ 小学部 563
					ちゅうこう 中・高 725
10 (水)	牛乳 ごはん 鮭のごま醤油焼き すき昆布の炒め煮 ぐずし豆腐のスープ 	ぎゅうにゅう さけ とりにく こんぶ とうふ	こめ さとう あぶら でんぷん ごま	にんにく しょうが ねぎ にんじん きぬさや しいたけ こんにゃく えのきたけ ほうれんそう	しょうがくぶ 小学部 525
					ちゅうこう 中・高 703
11 (木)	牛乳 食パン いちごジャム スペイン風バイクドエッグ ブロッコリーのサラダ 豆乳スープ 	ぎゅうにゅう たまご とりにく ハム とうにゅう しろいんげんまめ ベーコン じゃがいも	しょくパン あぶら さとう でんぷん	キャベツ たまねぎ にんじん はくさい カリフラワー ブロッコリー ほうれんそう いちご ピーマン	しょうがくぶ 小学部 519
					ちゅうこう 中・高 706
12 (金)	牛乳 ごはん 春巻 青椒肉絲 あさりの沢煮椀 	ぎゅうにゅう ぎゅうにく あさり あぶらあげ ふたにく	こめ おぎ はるさめ あぶら でんぷん さとう こむぎこ	にんにく しょうが たけのこ ピーマン ごぼう にんじん しいたけ ねぎ たまねぎ キャベツ	しょうがくぶ 小学部 581
					ちゅうこう 中・高 764
15 (月)	牛乳 ごはん 塩鯖のみりん焼き 小松菜のごま和え なすのみそ汁 	ぎゅうにゅう さば てんぷら あぶらあげ みそ	こめ おぎ さとう ごま	しょうが こまつな もやし にんじん しめじ たまねぎ なす ねぎ	しょうがくぶ 小学部 525
					ちゅうこう 中・高 700

日付	こんだてめい 献立名	おもさいりょうめい 主な材料名			わつりょう 熱量 (kcal)	
		ちにくほね 血や肉・骨をつくる	ちからねつ 力や熱のもとになる	からだちようし 体の調子をととのえる		
16 (火)	牛乳 ごはん のり卵ふりかけ 牛肉と大根の煮物 五目汁	ぎゅうにゅう ぎゅうにく どうふ とりにく たまご のり かつおぶし	こめ むぎ さとう あぶら ごま でんぷん	だいこん にんじん いんげん ごぼう こまつな	しょうがくぶ 小学部 530 ちゅうこう 中・高 700	
17 (水)	牛乳 シシジューシー ゴーヤチャンプルー もずくのすまし汁 シークワサーゼリー	「沖縄県の料理」 	ぎゅうにゅう こんぶ ベーコン あぶらあげ ふたにく どうふ たまご かまぼこ もずく かつおぶし	こめ ごま さとう あぶら しょうが にんじん もやし ゴーヤ えのきたけ ねぎ シークワサー	しょうがくぶ 小学部 542 ちゅうこう 中・高 708	
18 (木)	牛乳 食パン ハンバーグのデミグラスソースかけ ポテトサラダ ガーリックスープ		ぎゅうにゅう ハム ベーコン ふたにく	しょくパン さとう あぶら じゃがいも マヨネーズ	にんにく たまねぎ にんじん きゅうり セロリ でんぷん マッシュルーム パセリ	しょうがくぶ 小学部 582 ちゅうこう 中・高 757
19 (金)	牛乳 ビーンズカレー 春雨の中華サラダ アップルコンポート		ぎゅうにゅう ぎゅうにく レンズまめ ハム ミックスビーンズ たまご	こめ むぎ さとう あぶら はるさめ じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり もやし きくらげ りんご	しょうがくぶ 小学部 599 ちゅうこう 中・高 788
22 (月)	牛乳 ごはん 手作り唐揚げ ブロッコリーのサラダ 根菜のみそ汁	「牛井の具」は ごはんの上にかけて 食べてください	ぎゅうにゅう とりにく ふたにく ハム みそ	こめ むぎ さとう あぶら でんぷん	しょうが にんにく キャベツ だいこん にんじん ごぼう れんこん ねぎ カリフラワー ブロッコリー	しょうがくぶ 小学部 614 ちゅうこう 中・高 807
23 (火)	牛乳 ごはん 親子煮 じゃこサラダ クリームヨーグルト		ぎゅうにゅう とりにく たまご しらすばし わかめ ヨーグルト	こめ むぎ さとう あぶら	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ	しょうがくぶ 小学部 607 ちゅうこう 中・高 787
24 (水)	牛乳 ごはん 牛丼の具 きのこ汁 レモンゼリー	「牛丼の具」は ごはんの上にかけて 食べてください	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく あぶらあげ	こめ あぶら さとう でんぷん	たまねぎ にんじん えだまめ しいたけ しめじ ねぎ レモン えのきたけ こんにゃく	しょうがくぶ 小学部 540 ちゅうこう 中・高 703
25 (木)	牛乳 米粉コッペパン 豆のチリソース煮 アスパラとハムのサラダ メロン	今が旬の「メロン」 	ぎゅうにゅう ふたにく だいず ハム いんげんまめ	こめこッペパン さとう あぶら こむぎこ	にんにく たまねぎ にんじん アスパラ カリフラワー ブロッコリー メロン	しょうがくぶ 小学部 533 ちゅうこう 中・高 716
26 (金)	牛乳 ごはん 納豆 じゃが芋のカレー煮 ほうれん草としらす干しのナムル	「納豆」には 血液をサラサラ にする効果が	ぎゅうにゅう ふたにく しらすばし なっとう	こめ むぎ さとう あぶら じゃがいも ごま	たまねぎ にんじん もやし ねぎ こんにゃく グリーンピース ほうれんそう	しょうがくぶ 小学部 552 ちゅうこう 中・高 704
29 (月)	牛乳 うめひじきごはん 豚肉と厚揚げの煮物 沢煮椀 マンゴープリン	「うめひじき」 	ぎゅうにゅう ふたにく ひじき しらすばし みそ かつおぶし あつあげ	こめ むぎ さとう あぶら みずあめ	うめ えだまめ しょうが にんにく たまねぎ たけのこ いんげん ごぼう にんじん だいこん しいたけ みつば こんにゃく マンゴー	小学部 539 ちゅうこう 中・高 701
30 (火)	牛乳 ごはん ししゃもフリッター 茎わかめのハリハリ和え 里芋のみそ汁	「ししゃも」 	ぎゅうにゅう ししゃも ハム くきわかめ みそ あぶらあげ	こめ むぎ さとう あぶら ごま こむぎこ でんぷん さといも	だいこん キャベツ きゅうり にんじん ねぎ	しょうがくぶ 小学部 516 ちゅうこう 中・高 710

※献立や食材は、都合により変更になることがあります。