

れいおねんがつかっこうきゅうしよくこんだてひょう  
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			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	からだちょうし 体の調子をとどめる	
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 ぶたにく 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 こおぎこ 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
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 ぶたにく 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 ほうれん草	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 くずし豆腐のスープ 	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 ほうれん草	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 ほうれん草 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 ぶたにく	こめ おぎ はるさめ あぶら でんぷん さとう こおぎこ	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 ぎゅうにくとうふ とりにく たまご のり かつおぶし	こめ おぎ 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 ぶたにく とうふ 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 ぶたにく	しょうパン 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 おぎ 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	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ハム みそ	こめ おぎ 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 しらすぼし わかめ ヨーグルト	こめ おぎ 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	「メロン」 ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ハム いんげんまめ	こめこッペパン さとう あぶら こおぎこ	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 ぶたにく しらすぼし なっとう	こめ おぎ 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 ぶたにく ひじき しらすぼし みそ かつおぶし あつあげ	こめ おぎ 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 くわかめ みそ あぶらあげ	こめ おぎ さとう あぶら ごま こおぎこ 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。