

# 令和8年度 6月 学校給食献立表

福岡聴覚特別支援学校

1 (月)			2 (火)			3 (水)			☆6/4 虫歯予防デー 4 (木)			5 (金)		
牛乳 麦ごはん わかめスープ えびと豆腐のあんからめ 切干大根の青じそ和え 557 kcal			牛乳 麦ごはん 厚揚げのみそ汁 鱈のレモンだれ ほうれん草のごま和え 607 kcal			牛乳 煎り大豆ご飯 鶏団子の吸い物 厚焼き卵 のり和え 桃ゼリー 560 kcal			牛乳 山型パン ブルヘーリゼJam じゃが芋とウィンナのシチュー ごぼうのナッツサラダ オレンジ 624 kcal			牛乳 麦ごはん 小松菜のみそ汁 ピリ辛豚じゃが 昆布和え 559 kcal		
体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー
ぎゆうにゆう わかめ ぶたにく えび どうふ ハム	にんじん チンゲンサイ たまねぎ たけのこ しいたけ きくらげ しょうが コーン きりぼしだいこん きゅうり	こめ むぎ はるさめ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら キャベツ	ぎゆうにゆう ねぎ ほうれん草 にんじん たまねぎ れんじ きくらげ もやし えのき	こめ むぎ でんぶん ごおぎこ さとう あぶら ねりごま ごま	ぎゆうにゆう だいこんば ほうれん草 にんじん みずな しいたけ たけのこ もやし	こめ じゃがいも ゼリー ごまあぶら	ぎゆうにゆう にんじん アスパラ あかピーマン たまねぎ ごぼう きゅうり オレンジ	にんじん アスパラ あかピーマン たまねぎ ごぼう オリブオイル ごま アーモンド カシューナッツ	パン じゃがいも ジャム じゃがいも オリブオイル ごま アーモンド カシューナッツ	ぎゆうにゆう こまつな ごんぶ どうふ あぶらあげ みそ ぶたにく	こまつな ねぎ にんじん きぬさや ブロッコリー えのき たまねぎ こんにやく	こめ むぎ じゃがいも さとう ごまあぶら きゅうり キャベツ		
牛乳 麦ごはん 卵スープ 春巻き じゃが芋の赤みそ炒め 634 kcal			牛乳 麦ごはん なすのみそ汁 豚ロスの ハニースタート 焼き コーンサラダ 569 kcal			牛乳 麦ごはん 焼き豆腐のすまし汁 鯖の梅照り焼き きゅうりとささみのごまだれ 553 kcal			牛乳 ライ麦パン ぬるチーズ 野菜スープ 白いんげん豆のフリソ入煮 カリフラワーとハムのサラダ 591 kcal			牛乳 麦ごはん 真沢山すまし汁 カレイのみそマヨ焼き 茎わかめの炒め煮 608 kcal		
体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー
ぎゆうにゆう たまご ぶたにく あかみそ はるまき	チンゲンサイ あかピーマン たまねぎ にんにく しょうが	こめ むぎ はるまき じゃがいも さとう あぶら ごま	ぎゆうにゆう ねぎ あぶらあげ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ じゃがいも はちみつ さとう オリブオイル	ぎゆうにゆう にんじん みつば しいたけ うめ きゅうり もやし	ぎゆうにゆう やきどうふ かまぼこ さば どりにく	にんじん みつば しいたけ うめ きゅうり もやし	ぎゆうにゆう こめ むぎ さとう くろざとう ねりごま ごま	ぎゆうにゆう ハセリ にんじん いんげん セロリ だいこん レタス コーン にんにく	パン じゃがいも オリブオイル たまねぎ カリフラワー	ぎゆうにゆう にんじん どりにく こまつな どうふ カレイ みそ きゅうり	こめ むぎ さとう マヨネーズ あぶら		
牛乳 麦ごはん にらたまスープ ジャー جان豆腐 もやしのナムル 635 kcal			牛乳 麦ごはん 茗荷のみそ汁 鶏のから揚げ 梅酢ソース いんげんのぬみそ和え 589 kcal			牛乳 麦ごはん みそけんちん汁 鯖の有馬煮 スナックえんどうのお浸し 567 kcal			牛乳 和風スパゲッティ ブロッコリーとアーモンドのサラダ メロン 590 kcal			牛乳 豚とごぼうのまぜご飯 うしお汁 ししゃもフライ わかめのレモン酢和え 593 kcal		
体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー
ぎゆうにゆう たまご かまぼこ ぶたにく だいち あつあげ あかみそ	にんじん でんぶん さとう あかピーマン だいこん たまねぎ にんにく しょうが しろねぎ	こめ むぎ でんぶん さとう ごま みょうが だいち うめ	ぎゆうにゆう わかめ あぶらあげ みょうが どりにく てんぶら	こめ むぎ じゃがいも たまねぎ さとう うめ もやし こんにやく	ぎゆうにゆう にんじん ねぎ ほうれん草 だいこん ごぼう こんにやく しいたけ しょうが	ぎゆうにゆう どうふ みそ さば あぶらあげ	にんじん ねぎ ほうれん草 だいこん ごぼう こんにやく しいたけ しょうが	ぎゆうにゆう こめ むぎ さとう くろざとう ごまあぶら	ぎゆうにゆう いんげん パター アーモンド キャベツ メロン	ぎゆうにゆう いんげん にんじん わかめ ぶたにく あさり かまぼこ ちくわ	こめ さとう ごまあぶら あぶら ごま キャベツ レモン			
牛乳 麦ごはん 春雨スープ 厚揚げの肉みそかけ 中華和え 625 kcal			牛乳 麦ごはん もずくと冬瓜の吸い物 ラフテー ゴーヤチャンプルー 沖縄産パインゼリー 667 kcal			牛乳 麦ごはん キャベツのみそ汁 鱈の甘酢あん 大豆とひじきの炒め煮 607 kcal			牛乳 キャロットパン クラムチャウダー 鶏の塩レモン焼き 蓮根とゴンのサラダ 671 kcal			牛乳 麦ごはん チキンカレー アスパラとベーコンのサラダ オレンジ 591 kcal		
体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー
ぎゆうにゆう ぶたにく あつあげ あかみそ やきぶた	チンゲンサイ きぬさや にんじん たまねぎ きくらげ にんにく しょうが もやし	こめ むぎ はるさめ さとう でんぶん ごまあぶら キャベツ きゅうり	ぎゆうにゆう わかめ あぶらあげ みょうが どりにく てんぶら	みつば にんじん ゴーヤ とうがら しょうが たまねぎ	こめ むぎ さとう ゼリー あぶら ごまあぶら	ぎゆうにゆう あかパプリカ ひじき にんじん いんげん キャベツ えのき にんにく たまねぎ	ぎゆうにゆう あかパプリカ スミミル にんじん いんげん セロリ えのき にんにく たまねぎ	ぎゆうにゆう にんじん ハセリ なまクリーム ベーコン あさり しらいんげんまめ どりにく ハム	ぎゆうにゆう にんじん ハセリ なまクリーム ベーコン たまねぎ マヨネーズ アーモンド	ぎゆうにゆう にんじん トマト きパプリカ アスパラ たまねぎ キャベツ りんご オレンジ	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら あぶら ごま キャベツ レモン			
牛乳 麦ごはん くずし豆腐のスープ シュウマイ 牛肉と野菜の炒め物 560 kcal			牛乳 梅しそご飯 かきたま汁 鶏とレバーのアーモンド がらめ きゅうりと春雨の酢の物 638 kcal			牛乳 麦ごはん キャベツのみそ汁 鱈の甘酢あん 大豆とひじきの炒め煮 607 kcal			牛乳 キャロットパン クラムチャウダー 鶏の塩レモン焼き 蓮根とゴンのサラダ 671 kcal			牛乳 麦ごはん チキンカレー アスパラとベーコンのサラダ オレンジ 591 kcal		
体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー	体のもと	体のちようし	エネルギー
ぎゆうにゆう どうふ かにかま シュウマイ ぎゅうにく	チンゲンサイ にんじん にら きくらげ たまねぎ キャベツ もやし にんにく	こめ むぎ でんぶん あぶら	ぎゆうにゆう わかめ たまご きくらげ かまぼこ どりにく レバー ちくわ	みつば にんじん ゴーヤ とうがら しょうが たまねぎ	こめ むぎ さとう ゼリー あぶら ごまあぶら	ぎゆうにゆう あかパプリカ ひじき にんじん いんげん キャベツ えのき にんにく たまねぎ	ぎゆうにゆう あかパプリカ スミミル にんじん いんげん セロリ えのき にんにく たまねぎ	ぎゆうにゆう にんじん ハセリ なまクリーム ベーコン たまねぎ マヨネーズ アーモンド	ぎゆうにゆう にんじん ハセリ なまクリーム ベーコン たまねぎ マヨネーズ アーモンド	ぎゆうにゆう にんじん トマト きパプリカ アスパラ たまねぎ キャベツ りんご オレンジ	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら あぶら ごま キャベツ レモン			

○食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

○学年に合わせて量を変えています。

○エネルギー量は小学部中学年の数値です。

● 気温も湿度も上がり、じめじめとした季節、「梅雨」がやってきますね。この季節は、まだ慣れない暑さから体調を崩したり、食欲が落ちたりしてしまうことが多いと感じています。そんな6月の献立では、少しピリ辛の料理や香辛料、香りの野菜などを献立に取り入れました。幼稚部さんは苦手な子もいるかもしれませんが、まずは一口。いろいろな味や食べものを受け入れられる幅が広がり、将来の豊かさが広がってくれることを願っています。蒸し暑く、食欲が落ちる季節に、ニンニクや新しょうが、梅、しそ、茗荷、実山椒など、香りや食欲を高めてくれる食べものが旬を迎えます。自然ってすごいな、と感じます。

