



1月学校給食予定献立表



令和8年

福岡県立築城特別支援学校

日	曜	献立名			おもな食品とその働き			栄養価 (1人1食あたり: kcal)	
		主食	牛乳	おかず・デザート	体を作る(赤)	働く力になる(黄)	体の調子をよくなる(緑)	小学部 低学年	中学部 高等部
9	金	パン りんご& マーガリン		カレービーンズ 野菜スープ	牛肉、豚肉 大豆、ウインナー 牛乳	パン、砂糖 マーガリン じゃがいも	人参、玉ねぎ、枝豆 にんにく、トマト キャベツ、パセリ	469	688
13	火	ごはん 		じゃが豚キムチの煮物 キャベツのみそ汁 のり佃煮	豚肉、厚揚げ 油揚げ、みそ のり、牛乳	米、じゃがいも 砂糖、でんぷん	人参、玉ねぎ、キムチ いんげん、糸こんにゃく キャベツ、ねぎ	449	679
14	水	ごはん 		みそカツ(小4まで1個、小5より2個) 花野菜のサラダ かきたま汁	豚肉、みそ、ツナ 卵、かまぼこ 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、砂糖、ごま ノンエッグマヨネーズ	ブロッコリー、玉ねぎ カリフラワー、にんにく ねぎ	472	728
15	木	うどん 		ちゃんぽんうどん しゅうまい(小4まで1個、小5より2個) ココアワッフル	豚肉、いか 天ぷら、卵 牛乳	うどん、小麦粉 砂糖、油	生姜、キャベツ、もやし 玉ねぎ、人参、ねぎ	468	663
16	金	ミルク ねじり パン		ささみと大豆のサラダ 白菜のシチュー みかん	鶏肉、大豆 ホタテ、ベーコン 粉チーズ、牛乳	パン、砂糖 小麦粉、油 じゃがいも	ほうれん草、キャベツ 人参、白菜、玉ねぎ	494	688
20	火	ごはん 		麻婆豆腐 中華スープ	豆腐、豚肉 みそ、鶏肉 わかめ、牛乳	米、でんぷん	生姜、にんにく、人参 干椎茸、ねぎ、トマト ほうれん草	457	678
21	水	ゆかりごはん 		さけフライ アーモンド和え ごぼう団子のすまし汁	さけ、魚すり身 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、アーモンド	しそ、ほうれん草 キャベツ、人参、ごぼう 玉ねぎ、えのき、ねぎ	494	686
22	木	ごはん 		チャプチェ わかめのみそ汁 プリン	牛肉、わかめ 油揚げ、みそ 卵、牛乳	米、春雨 砂糖、ごま	玉ねぎ、人参、ピーマン にら、エリンギ、生姜 にんにく、ねぎ	500	701
23	金	パン いちご ジャム		チキンハンバーグ キャロットサラダ 冬野菜のスープ	鶏肉、ツナ ベーコン、牛乳	パン、砂糖 ごま	いちご、人参、コーン かぶ、白菜、小松菜	519	679
26	月	ごはん 		ポークカレー 海藻サラダ キウイフルーツ	豚肉、粉チーズ ハム、海藻 わかめ、牛乳	米、小麦粉、油 じゃがいも	玉ねぎ、人参、にんにく キャベツ、トマト キウイフルーツ	471	687
27	火	ごはん 		ささみチーズカツ キャベツのサラダ 魚そうめん汁	鶏肉、チーズ ハム、魚すり身 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉	キャベツ、人参、玉ねぎ えのき、ねぎ	455	669
28	水	うどん 		みそ煮込みうどん ブロッコリーのごま酢和え ヨーグルト	豚肉、天ぷら みそ、牛乳 ヨーグルト	うどん、ごま 砂糖	小松菜、干椎茸、白菜 玉ねぎ、人参、ねぎ キムチ、ブロッコリー	447	651
29	木	麦ごはん 		さばのごまみそ煮 切干大根の炒め煮 けんちん汁	さば、みそ 油揚げ、天ぷら 鶏肉、豆腐、牛乳	米、白麦、ごま 砂糖、油	切干大根、人参 干椎茸、大根 玉ねぎ、ねぎ	515	683
30	金	ミルク ロール パン		トマトオムレツ ツナサラダ かぼちゃのポタージュスープ	卵、鶏肉 ツナ、ベーコン 牛乳	パン、油 小麦粉、バター	トマト、玉ねぎ、人参 キャベツ、かぼちゃ パセリ	459	680

※ 食材料の入荷等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。