

2がつがっこうきゅうしょくこんだてひょう

大野城市教育委員会
大野城市学校給食会
大野城市立大野北小学校

令和8年

日 よ び	こんだてめい	き ゅ う に ゆ う	おもなしょくひんのはたらき						エネルギー たんぱくしつ	
			からだをつくるものとなる		からだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーになる			
			たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン		たんすいかぶつ	しつ		
2 (月)	☆世界食べ歩き：スペイン パエリア スパニッシュオムレツ はなやさいのサラダ ソパ プリン	☆	とりにく いか あさり ベーコン スパニッシュオムレツ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト ブロッコリー	にんにく たまねぎ カリフラワー キャベツ とうもろこし セロリ	こめ もちごめ さとう じゃがいも プリン	あぶら	567	
									22.3	
3 (火)	☆行事食：節分 むぎごはん いわしのマーマレードに じゃがいものきんぴら みそしる せつぶんまめ ひじきふりかけ	☆	いわしてんぶら あつあげ こめみそ むぎみそ だいす	ぎゅうにゅう わかめ ひじきふりかけ	にんじん さやいんげん ねぎ	しょうが オレンジジュース こんにゃく えのきたけ たまねぎ	こめ むぎ マーマレード さとう じゃがいも	あぶら	604	
									26.8	
4 (水)	《感謝して食べよう》 むぎごはん ツナじゃが くきわかめのサラダ そぼろふりかけ	☆	まぐろ だいす ぶたにく かつおぶし	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん さやいんげん	にんにく しょうが たまねぎ たいこん とうもろこし レモンじる	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら ごま ゴマあぶら	586	
									20.7	
5 (木)	☆食物せんい献立：豆 ピーンズカレードッグ（せわりコッペパン ピーンズカレー キャベツ） コーンスープ ヨーグルト	☆	ぎゅうにく だいす ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも	あぶら	611	
									26.0	
6 (金)	☆朝食献立：野菜料理を食べよう むぎごはん わかさぎのあげに ほうれんそうのかおりあえ にくだんごじる ほんかん	☆	こんさいつくね とうふ	ぎゅうにゅう わかさぎ のり	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが もやしたまねぎ えのきたけ ほんかん	こめ こむぎこ むぎ でんぶん くろざとう さといも	あぶら ごま	592	
									19.6	
9 (月)	《茎わかめについて知ろう》 むぎごはん みそおでん やさいのじゃこいため くきわかめのつくだに	☆	とりにく あつあげ こめみそ ぶたにく	ぎゅうにゅう しらすぼし くきわかめ	にんじん さやいんげん	こんにゃく だいこん キャベツ	こめ むぎ さといも さとう	ゴマあぶら ごま	566	
									22.8	
10 (火)	《体が温まる料理について知ろう》 むぎごはん まぐろのかりんとがらめ こふきいも はくさいのそぼろじる	☆	まぐろ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが えだまめ えのきたけ はくさい	こめ こむぎこ むぎ でんぶん さとう じゃがいも	あぶら アーモンド	615	
									29.0	
12 (木)	《きれいに手を洗おう》 やまがたパン くろまきなこクリーム ひじきいりスパゲッティ アーモンドサラダ りんご	☆	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん ブロッコリー	たまねぎ えのきたけ キャベツ とうもろこし レモンじる りんご	パン スパゲッティ さとう	くろまきなこ クリーム あぶら オリーブ油 アーモンド	662	
									24.2	
13 (金)	《いろいろなどんぶりについて知ろう》 カツどん（むぎごはん） こまつなとじゃがいものあえもの ガトーショコラ	☆	トンカツ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ しろねぎ とうもろこし	こめ むぎ さとう でんぶん じゃがいも ガトーショコラ	あぶら ゴマあぶら ごま	621	
									21.4	
16 (月)	《はるさめの由来について知ろう》 むぎごはん マーボーどうふ はるさめのいためもの マヨiriこ りんご	☆	ぶたにく だいす とうふ あかみそ ハム	ぎゅうにゅう いりこ	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ キャベツ きくらげりんご	こめ むぎ さとう でんぶん はるさめ	ゴマあぶら あぶら ごま ノンエッグ マヨネーズ	586	
									19.5	
17 (火)	☆日本味めぐり：北海道 むぎごはん ほっけのざんき こんぶあえ どさんこじる かぼちゃプリン	☆	ほっけ ぶたにく とうふ こめみそ	ぎゅうにゅう しおこんぶ	にんじん こまつな	しょうが にんにく キャベツ とうもろこし もしやし しろねぎ	こめ でんぶん むぎ こむぎこ さとう じゃがいも かぼちゃプリン	あぶら ごま バター	634	
									23.3	
18 (水)	☆福岡県産の日：小麦☆ わかめむぎごはん とりなんうどん やさいのごまいため	☆	とりにく ちくわ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ こまつな	ごぼう たまねぎ キャベツ もしやし	こめ むぎ さとう うどん	あぶら ごま	596	
									20.3	
19 (木)	☆食育の日：野菜について知ろう はいがしょくパン スライスチーズ ポトフ ハニーサラダ オレンジ	☆	とりにく ひよこまめ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ セロリー キャベツ とうもろこし オレンジ	はいがパン じゃがいも はちみつ	あぶら	601	
									25.0	
20 (金)	わくわくこんだて	☆	ぎゅうにく だいす レンズまめ まぐろ	ぎゅうにゅう チーズヨーグルト どうしんふんにゅう とうにゅうヨーグルト	トマト にんじん	たまねぎ しょうが にんにくりんごピューレ キャベツ	こめ むぎ こむぎこ さとう	あぶら アーモンド	636	
									23.6	
24 (火)	☆日本とつながりの深い国々：韓国☆ むぎごはん ヤンニョムチキン だいこんのナムル ほうれんそうとのりのスープ	☆	とりにく こうやどうふ	ぎゅうにゅう わかめ のり	ほうれんそう にんじん	にんにく だいこん とうもろこし えのきたけ たまねぎ	こめ むぎ みずあめ さとう	あぶら ごま コマあぶら	601	
									24.9	
25 (水)	《しゅんぎくについて知ろう》 むぎごはん あじのパンこやき しゅんぎくのごまあえ とりごぼうじる ほんかん	☆	あじ ハム とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう	しゅんぎく にんじん パセリ	にんにく もやし キャベツ ごぼう だいこん ほんかん ほししいたけ しろねぎ ぼんかん	こめ むぎ パンこ	ノンエッグ マヨネーズ あぶら ごま コマあぶら	622	
									24.0	
26 (木)	☆えらぼう給食：主菜☆ げんえんしょくパン オムレツまたはハンバーグのデミソースかけ とうにゅうクラムチャウダー アーモンド	☆	ハンバーグ オムレツ ベーコン あさり とうにゅう しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ えのきたけ	げんえんパン さとう じゃがいも	あぶら アーモンド	576	
									24.8	
27 (金)	《カルシウムについて知ろう》 むぎごはん あつあげとチングンサイのみぞに こまつなごますあえ じゃこふりかけ スイートポテト	☆	ぎゅうにく あつあげ こめみぞ ちくわ	ぎゅうにゅう しらすぼし	チングンサイ にんじん こまつな	しょうが たまねぎ キャベツ レモンじる	こめ むぎ さとう でんぶん スイートポテト	ゴマあぶら あぶら ごま	571	
									21.5	

※都合により献立内容は変更になることがあります。エネルギー量・たんぱく質量は、全児童の量の中央値を載せてています。

★きゅうしょくだよりのクイズのこたえ★◇問1:A 大麦（麦ごはんに使うのは「大麦」です。 麦茶の原料も大麦です。）

◇問2:B 細かい粉にする（小麦粒の皮をむき、粉にしたもののが「小麦粉」です。パンや麺、お菓子の材料になります。）