

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 よう び	こんだてめい	き ょう し ょ く	おもなしょくひんのはたらき						エネルギー
			からだをつくるもとになる		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
			たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン		たんすいかぶつ	ししつ	
2 (月)	☆世界食ベ歩き：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 ソバ 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 てんぷら あつあげ こめみそ むぎみそ だいず	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 だいず 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 だいこん 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 ビーンズカレー・ドッグ（せわりコッペパン ビーンズカレー キャベツ） コーンスープ ヨーグルト	☆	ぎゅうにく だいず 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 にくだんこじる ぼんかん	☆	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 ぼんかん	こめ こむぎこ むぎ でんぷん くろざとう さといも	あぶら ごま	592 19.6
9 (月)	《望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 くきわかめ	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 でんぷん 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 くろまめきなこクリーム 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	くろまめきなこ クリーム あぶら オリーブゆ 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 でんぷん 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・とうふ はるさめのいためもの マヨいりこ りん ご	☆	ぶたにく だいず 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 でんぷん 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 ほっけのざんぎ 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 もやし しろねぎ	こめ でんぷん 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 だいず レンズまめ まぐろ	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト だっしふんにゅう 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 ほうれんそうとりのりのスープ	☆	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 ゴマあぶら	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 とりごぼろじる ぼんかん	☆	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 はくさい 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 ゴマあぶら	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 あつあげとチンゲンサイのみそに こまつなのごますあえ じゃこふりかけ スイートポテト	☆	ぎゅうにく あつあげ こめみそ ちくわ	ぎゅうにゅう しらすぼし	チンゲンサイ 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 でんぷん 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、全児童の値の中央値を載せています。

★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、粉にしたものが「小麦粉」です。パンや麺、お菓子の材料になります。）