

3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	おもなしょくひんのはたらき	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)	★教科関連：4年生保健 「体の成長とわたし」 むぎごはん さばのしおやき だいこんとわかめのすのもの にくだんごじる	☆	さば つくね	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	だいこん とうもろこし レモンじる はくさい	こめ むぎ さとう	ごま	568 23.2
3 (火)	★行事食：桃の節句 ちらしずし あつやきたまご ほうれんそうのごまあえ さわにわん ひなあられ	☆	あつやきたまご あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ほうれんそう	たけのこ ごぼう もやし だいこん えのきだけ	こめ もちごめ さとう ひなあられ	ごま	624 18.7
4 (水)	《みんなが選んだ大野城鶏ほっかけを味わおう》 おおのじょうとりほっかけ 2026 (ごはん) いわしのかりかりフライ はるキャベツとしめじのごまあえ ぼんかん	☆	とりにく たまご	ぎゅうにゅう いわし カリカリフライ	ねぎ にんじん	しょうが こんにゃく キャベツ しめじ もやし ぼんかん	こめ さとう じゃがいも でんぶん	あぶら ごま	672 24.7
5 (木)	わくわくこんだて	☆	きなこ とりにく ベーコン てぼうまめ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん さやいんげん トマトジュース トマト	たまねぎ キャベツ セロリ	パン さとう でんぶん	あぶら	583 26.2
6 (金)	《協力して準備しよう》 ポークカレー（むぎごはん） フルーツヨーグルト	☆	ぶたにく レンズまめ しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ヨーグルト	にんじん	たまねぎ えだまめ りんごピューレ にんにく もも しょうが みかん パイナップル	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ	あぶら バター	620 19.6
9 (月)	★食物せんい献立：海藻類 むぎごはん あつあげとやさいのうまに くきわかめのサラダ アーモンドいりこ	☆	とりにく あつあげ だいす	ぎゅうにゅう くきわかめ いりこ	にんじん きぬさや	こんにゃく たまねぎ ほししいたけ きゅうり キャベツ 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 アーモンド	593 21.8
10 (火)	★えらぼう給食：デザート むぎごはん しろみざかなのねぎソース こぶきいも みそしる いちご または チョコクレープ	☆	めばる あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ こまつな にんじん	えだまめ だいこん キャベツ いちご	こめ むぎ こむぎこ でんぶん さとう じゃがいも チョコクレープ	あぶら ゴマあぶら	650 24.5
11 (水)	★福岡県産品の日：博多な花おいしい菜 むぎごはん にくどうふ はかたなばなともやしのいためもの なめたけ いやかん	☆	とうふ ぶたにく てんぷら	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん なばな	こんにゃく たまねぎ しろねぎ もやし エリンギ えのきだけ いやかん	こめ むぎ さとう ぶ	あぶら	570 22.5
12 (木)	★朝食献立：炒め料理 しょくパン ス克蘭ブルエッグ だいすとツナのサラダ やさいスープ アーモンド	☆	たまご だいす まぐろ	ぎゅうにゅう	さやいんげん みすな にんじん	たまねぎ だいこん とうもろこし キャベツ	パン さとう じゃがいも	バター ノンエッグ マヨネーズ アーモンド	606 24.0
13 (金)	★日本味めぐり：千葉県 むぎごはん いわしのおかか にからなます あさりのみそしる	☆	いわし こめみそ むぎみそ おから あぶらあげ てんぷら あさり	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん ねぎ	たまねぎ しろねぎ だいこん	こめ むぎ さとう じゃがいも	ゴマあぶら あぶら	569 22.7
16 (月)	《6年生の卒業をお祝いしよう》 せきはん からあげ こまつなのアーモンドあえ おすいもの すだちゼリー	☆	とりにく とうふ かまぼこ あずき	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ だいこん えのきだけ	こめ もちごめ でんぶん ゼリー	あぶら アーモンド	625 24.1
18 (水)	★食育の日：まごわやさしいの「さ (魚)」を知ろう げんまいごはん あじのパンこやき きりほしだいこんのいためもの わかたけじる	☆	あじ あぶらあげ あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	にんにく きりほしだい こん キャベツ たけのこ	こめ もちげんまい パンこ さとう	あぶら ごま ノンエッグ マヨネーズ	532 23.2
19 (木)	《調理員さんに感謝して食べよう》 こくとうコッペパン ニョッキのトマトソース コールスローサラダ かたぬきチーズ	☆	とりにく レンズまめ	ぎゅうにゅう チーズ	パセリトマト にんじん トマトジュース トマトピューレ こまつな	たまねぎ しめじ キャベツ とうもろこし	こくとうパン こむぎこ じゃがいも さとう	あぶら	589 24.3
23 (月)	《1年間の給食時間を振り返ろう》 むぎごはん にくじゃが ほうれんそうととうふのごまあえ わかめのさつとに オレンジ	☆	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう しらすぼし わかめ	にんじん さやいんげん ほうれんそう	たまねぎ こんにゃく はくさい オレンジ	こめ むぎ じゃがいも くろざとう	あぶら ごま	547 19.1

※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 (Bは「小松菜」です。)

◇問2:C (「博多な花おいしい菜」が出回る季節は11月から4月です。)