

# 6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  
大野城市立大野東小学校

令和8年

日 よう び	こんだてめい	ぎょうじょう	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		たんぱく質
			たんぱく質	むきしつ	ビタミン		たんすいかぶつ	ししつ	
1 (月)	《旬の食材、新玉ねぎについて》 しそむぎごはん しんたまねぎのかきあげうどん やさいのごまいため	☆	とりにく てんぷら	ぎゅうにゅう しらすほし わかめ	にんじん ねぎ あかしそ こまつな	たまねぎ ごぼう ほししいたけ キャベツ しめじ	こめ むぎ こむぎこ うどん さとう	あぶら ごま	607 20.9
2 (火)	《高野豆腐について》 むぎごはん こうやどうふのはちもくに ごぼうサラダ ツナとだいすのつくだに オレンジ	☆	とりにく てんぷら こうやどうふ まくろ だいす	ぎゅうにゅう	にんじん	たけのこ えだまめ ごぼう たまねぎ ほししいたけ しょうが とうもろこし もやし オレンジ	こめ むぎ じゃがいも さとう くろざとう	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	608 23.2
3 (水)	★食物せんい献立：ごま・アーモンド おやこどんぶり（むぎごはん） こまつなのごますあえ アーモンド	☆	とりにく たまご ちくわ	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん こまつな	たまねぎ しろねぎ ほししいたけ キャベツ レモンじる	こめ むぎ さとう でんぷん	ゴマあぶら ごま アーモンド	568 23.2
4 (木)	《きれいに手を洗おう》 ピーンズドッグ（せわりコッパパン ゆでキャベツ まめのトマトに） ポテトクリームスープ	☆	ぶたにく だいす レンズまめ ぎゅうにく しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう	トマト にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ しめじ にんにく キャベツ	パン でんぷん じゃがいも スパゲッティ	あぶら	583 24.5
5 (金)	《歯と口の健康週間》 むぎごはん わかさぎのカレーあげ くきわかめのサラダ みそしる そぼろふりかけ	☆	こめみそ むぎみそ だいす ぶたにく かつおぶし とりにく	ぎゅうにゅう わかさぎ くきわかめ	にんじん ねぎ	きゅうり キャベツ とうもろこし レモンじる たまねぎ しょうが	こめ むぎ でんぷん こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら ごま ゴマあぶら	570 20.1
8 (月)	★米 カレーピラフ ツナサラダ スーミータン ヨーグルト	☆	ぎゅうにく たまご まくろ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	パセリ にんじん ほうれんそう	しょうが にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし	こめ もちごめ さとう でんぷん	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	600 26.0
9 (火)	★のり むぎごはん あじのこうそうやき じゃがいものしおこうじいため とりごぼろしる あじつけのり	☆	あじてんぷら とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう あじつけのり	にんじん きぬさや みずな	にんにく こんにゃく ごぼう だいこん えのきたけ	こめ むぎ パンこ じゃがいも さとう	ノンエッグ マヨネーズ オリーフゆ あぶら ゴマあぶら	603 23.7
10 (水)	★えのきたけ・しめじ むぎごはん あつあげのちゅうかに キャベツときのこのナムル あさりのつくだに	☆	あつあげ ぶたにく あさり	ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや ほうれんそう	たまねぎ ほししいたけ しょうが キャベツ もやし えのきたけ にんにく	こめ むぎ さとう くろざとう	あぶら ゴマあぶら ごま	579 23.2
11 (木)	★こむぎ けんさんむぎしょくパン いちごジャム ツナとトマトのペンネ ひよこまめのサラダ すいか	☆	とりにく ひよこまめ まくろ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん トマト	たまねぎ しめじ きゅうり キャベツ レモンじる すいか にんにく	けんさんむぎパン いちごジャム ペンネ はちみつ	あぶら	612 24.7
12 (金)	★牛乳 むぎごはん さけのやきづけ こまつなアーモンドあえ ぶたじる わかめにさっとに	☆	さけ ぶたにく とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう わかめ しらすほし	こまつな にんじん	キャベツ しろねぎ	こめ むぎ じゃがいも	アーモンド あぶら	563 25.2
15 (月)	★朝食献立：朝食で副菜を食べよう むぎごはん にくじゃがカレーあじ はるさめのいたためもの じゃこふりかけ	☆	ぶたにく ハム たまご	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん	しょうが たまねぎ こんにゃく もやし きくらげ えだまめ	こめ むぎ じゃがいも さとう はるさめ	あぶら ゴマあぶら ごま	594 21.9
16 (火)	★世界食歩歩き：ペルー ごはん ロモサルタード とうもろこしのスープ アセロラゼリー	☆	ぎゅうにく しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう	トマト にんじん ほうれんそう	にんにく マッシュルーム たまねぎ とうもろこし コーンクリーム	こめ フライドポテト さとう アセロラゼリー	あぶら	601 18.2
17 (水)	《大野城市でとれたじゃがいも》 むぎごはん さばのしおやき じゃがじゃこ にくだんごじる なめたけ	☆	さば つくね	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん こまつな	えだまめ たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	599 25.4
18 (木)	《調理員さんへの感謝》 ミルクねじりパン かいせんやきそば あげぎょうざ ちゅうかサラダ オレンジ	☆	いか てんぷら かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	キャベツ たまねぎ きくらげ きゅうり えのきたけ オレンジ	ミルクパン ちゃんぽん ぎょうざのかわ	あぶら ゴマあぶら	598 23.9
19 (金)	《福岡大空襲の日：戦時中の食事》 むぎごはん いわしのかんろに キャベツのごまあえ すいとん	☆	いわしのかんろに	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん かぼちゃ ねぎ	キャベツ きゅうり たまねぎ	こめ むぎ こむぎこ しらたまご	ごま	563 23.2
22 (月)	★食育の日：まごはやさしいの「わ（わかめ・ひじき）」 むぎごはん さんまのみぞれに きゅうりとわかめのすのもの みそしる ひじきふりかけ	☆	さんまみぞれに あぶらあげ こめみそ とうふ むぎみそ	ぎゅうにゅう わかめ ひじき	にんじん チンゲンサイ あかしそ	きゅうり キャベツ とうもろこし レモンじる	こめ むぎ さとう さつまいも	ごま	572 19.4
23 (火)	★日本味めぐり：沖縄県 クワッシューシー ゴヤーチャンプルー もすくじる スライスパン	☆	あぶらあげ ぶたにく ハム たまごそぼろ とうふ かつおぶし かまぼこ	ぎゅうにゅう こんぶ おきなわもすく	にんじん ねぎ	ほししいたけ ゴヤー キャベツ えのきたけ たまねぎ パイナップル	こめ もちごめ	ゴマあぶら あぶら	560 22.1
24 (水)	★郷土料理：大野城鶏ほっかけ おおのじょうとりほっかけ2026（ごはん） ポテトサラダ	☆	とりにく ハム たまご	ぎゅうにゅう チーズ	ねぎ にんじん	だいこん とうもろこし しょうが きゅうり こんにゃく えだまめ	こめ さとう じゃがいも でんぷん	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	558 21.0
25 (木)	《食生活をふり返ろう》 こくとうコッパパン エッグチーズやき コーンソテー オニオンスープ	☆	たまご ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ	ピーマン トマト にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし キャベツ セロリ にんにく ソテーオニオン	こくとうパン フライドポテト	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	587 23.2
26 (金)	《食器の置き方》 むぎごはん マーボーどうふ パンパンジーサラダ オレンジ	☆	だいす ぶたにく とうふ あかみそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ たけのこ キャベツ きゅうり こんにゃく オレンジ	こめ むぎ くろざとう でんぷん さとう	ゴマあぶら ごま ねりごま	602 22.9
29 (月)	★わくわくこんだて ●キ●ライ● ミート●ム●ツ ツ●とア●モ●ドのサ●ダ ジャ●いものス●ブ	☆	とりにく ミートオムレツ まくろ	ぎゅうにゅう	にんじん トマトピューレ パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり しめじ	こめ もちごめ さとう じゃがいも	あぶら アーモンド	580 22.9
30 (火)	★えらぼう給食：カレーのトッピング ポークカレー（むぎごはん） ミンチカツ または しろみざかなフライ フルーツヨーグルト	☆	ミンチカツ ホキフライ ぶたにく レンズまめ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんごピューレ みかん パイナップル もも	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ	あぶら	711 24.5



福岡県産品ウィーク

※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。