

9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
大野城市立大利小学校

令和7年

日 よう び	こんだてめい	☆	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 (火)	《第2学期の給食開始：協力して準備しよう》 ぶたじゃことん（むぎごはん） おすいもの パイナップル	☆	ぶたにく かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう しらすぼし わかめ	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ えのきたけ パイナップル	こめ むぎ さとう でんぶん	あぶら	545
									22.4
3 (水)	《カルシウムの多い食品について知ろう》 むぎごはん マーボーどうふ はるさめのいためもの アーモンドいりこ	☆	だいず ぶたにく とうふ あかみそ ハム	ぎゅうにゅう いりこ	にんじん にら こまつな	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ もやし	さとう こめ でんぶん むぎ はるさめ くろざとう	あぶら ゴマあぶら アーモンド	625
									25.1
4 (木)	《シシリアンの名前の由来について知ろう》 ミルクねじりパン スパゲッティシシリアン フルーツカクテル	☆	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	トマト トマトピューレ ピーマン	たまねぎ セロリ なす みかん パイナップル もも	ミルクパン スパゲッティ ゼリー	あぶら オリーブゆ	582
									21.0
5 (金)	《汁物の出汁について知ろう》 むぎごはん きびなごカリカリフライ キャベツのいためもの みそしる	☆	てんぶら あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう きびなごカリカリ フライ わかめ	さやいんげん かぼちゃ ねぎ	キャベツ エリンギ たまねぎ	こめ むぎ	あぶら	569
									19.2
8 (月)	《酸味の食欲増進効果について知ろう》 むぎごはん いわしのかぼすレモンに じゃがいものきんぴら かきたまじる	☆	いわしの かぼすレモンに てんぶら とうふ たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ さやいんげん こまつな	こんにゃく たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぶん	あぶら	568
									23.1
9 (火)	★行事食：重陽の節句 むぎごはん とりにくとなすのあげに あきやさいのぶたじる きくらげのつくだに	☆	とりにく ぶたにく とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが なす しめじ こんにゃく えだまめ きくらげ	こむぎこ こめ でんぶん むぎ さとう さつまいも	あぶら ごま ゴマあぶら	610
									20.3
10 (水)	《旬の野菜：ピーマン》 むぎごはん にくじゃが もやしのいためもの じゃことピーマンのつくだに パナナ	☆	ぶたにく てんぶら	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん さやいんげん こまつな ピーマン	たまねぎ こんにゃく もやし エリンギ パナナ	こめ むぎ じゃがいも くろざとう さとう	あぶら	595
									20.0
11 (木)	《朝食献立：主食の働きについて知ろう》 けんさんむぎしょくパン いちじくジャム ミートオムレツ ベジタブルソテー じゃがいもとトマトのスープ ヨーグルト	☆	ミートオムレツ ウインナー	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん さやいんげん トマト	とうもろこし たまねぎ レタス エリンギ	パン いちじくジャム じゃがいも	あぶら	566
									23.2
12 (金)	★食物せんい献立：麦ごはん ドライカレー（むぎごはん） キャベツとツナのソテー	☆	ぶたにく だいず レンズまめ まぐろ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな トマトピューレ	にんにく しょうが たまねぎ しめじ とうもろこし キャベツ	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	557
									20.2
16 (火)	《旬の野菜：とうがん》 むぎごはん あつあげととうがんにのもの パンパンジーサラダ わかめにさっとに オレンジ	☆	とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし	にんじん	しょうが とうがん えだまめ たまねぎ キャベツ きゅうり こんにゃく オレンジ	こめ むぎ さとう でんぶん	ごま ねりごま	552
									20.6
17 (水)	★教科と関連した献立：5年生社会科 「これからの食料生産」 むぎごはん ちくさやき みそしる こまつなのいためもの のりつくだに	☆	とりにく たまご ちくわ あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ のりつくだに	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ ほししいたけ キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら	577
									20.8
18 (木)	《旬の果物：なし》 げんえんしょくパン チリコンカン マカロニサラダ なし	☆	ぶたにく きんときまめ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん トマトピューレ	にんにく たまねぎ きゅうり とうもろこし キャベツ なし	げんえんパン マカロニ	あぶら ノイックマヨネーズ	555
									22.3
19 (金)	★食育の日：まごわやさしいの「さ（魚）」に ついて知ろう むぎごはん ワンタンスープ あじのからあげごまソース じゃがいものオイスターソースいため	☆	あじ ぶたにく	ぎゅうにゅう	ピーマン チンゲンサイ にんじん	しょうが たまねぎ もやし	こめ むぎ さとう こむぎこでんぶん くろざとう ワタリじゃがいも	あぶら ごま ゴマあぶら	585
									22.3
22 (月)	わくわくこんだて	☆	ウインナー たまごやき まぐろ つくね	ぎゅうにゅう やきのり	にんじん ねぎ	きゅうり たまねぎ キャベツ	こめ もちこめ さとう	ノイックマヨネーズ	630
									26.5
24 (水)	《高野豆腐の栄養について知ろう》 にんじんとこうやどうふのピラフ とうふのいためもの やさいスープ アーモンド	☆	こうやどうふ まぐろ とうふ ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ こまつな あかパプリカ トマトピューレ	たまねぎ えだまめ とうもろこし キャベツ セロリ にんにく	こめ もちこめ でんぶん じゃがいも	あぶら アーモンド	542
									20.0
25 (木)	★世界食歩き：エジプト はいがししょくパン スライスチーズ しろみさかなのトマトソース サラダ・ハラディ モロヘイヤとひよこまめのスープ	☆	ホキ レンズまめ ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう チーズ	トマト きパプリカ にんじん ほうれんそう モロヘイヤ	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	はいがパン さとう じゃがいも	あぶら オリーブゆ	632
									30.3
26 (金)	★県産品：きゅうり むぎごはん タンタンめん ツナとアーモンドのサラダ あさりのつくだに	☆	ぶたにく こめみそ とうにゅう まぐろ あさり	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ あかピーマン	にんにく しょうが もやし きくらげ キャベツ きゅうり	こめ むぎ ビーフン さとう	あぶら ねりごま ゴマあぶら アーモンド	594
									21.2
29 (月)	★日本味めぐり：静岡県 むぎごはん しらすとさくらえびのかきあげ かつおぶしあえ するがじる	☆	かつおぶし てんぶら とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう しらすぼし さくらえび	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん ごぼう	こめ むぎ てんぶらこ	あぶら	553
									20.1
30 (火)	★えらぼう給食：うどんにのせるものを選ぼう しそむぎごはん まるてんうどん または きつねうどん ツナともやしのごまいため オレンジ	☆	てんぶら あぶらあげ とりにく まぐろ	ぎゅうにゅう わかめ	ねぎ あかしそ チンゲンサイ にんじん	たまねぎ もやし オレンジ	こめ むぎ さとう うどん	ごま あぶら	558
									20.8

※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。