

11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		き ゆう し 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	
4 (火)	《季節の野菜を食べよう》 あぎやさいのクリームドリア（サフランライ ス）アーモンドとブロッコリーのサラダ ぶどうゼリー		☆	とりにく しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ	パセリ にんじん さやいんげん ブロッコリー	たまねぎ しめじ キャベツ とうもろこし レモンじる	こめ もちごめ さつまいも こむぎこ さとう ぶどうゼリー	バター あぶら アーモンド オリーブゆ	590
										20.7
5 (水)	《きれいに手を洗おう》 むぎごはん はっほうさい だいがくいも みかん		☆	ぶたにく えび いか	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく たけのこ ほししいたけ たまねぎ もやし みかん	こめ むぎ でんぶん さつまいも さとう みずあめ	あぶら ゴマあぶら くろごま	625
										21.3
6 (木)	☆世界食べ歩き スウェーデン☆ ライむぎしょくパン ポークステーキ マッシュポテト サーモンシチュー		☆	ぶたにく さけ 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	にんにく しょうが たまねぎ りんごピューレ えだまめ とうもろこし しめじ	ライむぎパン さとう じゃがいも こむぎこ	あぶら バター なまクリーム	629
										30.8
7 (金)	☆行事食：いい歯の日 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 じゃこふりかけ りんご		☆	とりにく あつあげ だいず まぐろ	ぎゅうにゅう くきわかめ しらすぼし	にんじん きぬさや	こんにゃく ごぼう たまねぎ ほししいたけ キャベツ りんご 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	612
										23.8
10 (月)		☆県産品を使った大野城鶏ぽっかけ おおのじょうとりぽっかけ（ごはん） わかさぎのカレーあげ さといもとアーモンドのサラダ	☆	とりにく ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう わかさぎ	みずな ねぎ にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん ほししいたけ とうもろこし	こめ さとう さといも こむぎこ でんぶん	あぶら アーモンド ノンエッグマ ヨネーズ	619
										24.0
11 (火)		☆大豆・豆腐 むぎごはん マーボー豆腐 はるさめのいためもの あさりのつくだに みかんゼリー	☆	だいず ぶたにく とうふ あかみそ ハム あさり	ぎゅうにゅう	にんじん なら 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 きくらげ	こめ むぎ さとう でんぶん はるさめ くろざとう みかんゼリー	ゴマあぶら あぶら	610
										22.1
12 (水)		☆県産小麦 むぎごはん カレーうどん けんさんやさいのたまごやき やさいのごまいため	☆	ぶたにく たまごやき てんぷら	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ しめじ	こめ むぎ うどん さとう	あぶら ごま	582
										22.8
13 (木)		☆キャベツ・水菜 けんさんむぎしょくパン いちごジャム けんさんおからコロッケ ツナとアーモ ンドのサラダ オニオンスープ	☆	おからコロッケ まぐろ	ぎゅうにゅう	みずな にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく ソテードオニオン	パン さとう いちごジャム	あぶら アーモンド	646
										21.8
14 (金)		☆新米 むぎごはん さばホイルやき きんぴらごぼう かきたまじる みかん	☆	さばホイルやき てんぷら とうふ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	ごぼう だいこん みかん	こめ むぎ さとう じゃがいも でんぶん	あぶら ごま	641
										27.7
17 (月)	☆日本味めぐり：茨城県 むぎごはん いわししょうがに にあい おすいもの なっとう		☆	いわししょうがに あぶらあげ かまぼこ とうふ なっとう	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん きぬさや ねぎ	れんこん えのきたけ	こめ むぎ さとう	あぶら ごま	657
										26.3
18 (火)	☆選ぼう給食：秋が旬の野菜 おやこどん（むぎごはん）ひじきのいために れんこんのてんぷら または さつまいものてんぷら		☆	とりにく たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん	たまねぎ しろねぎ ほししいたけ れんこん こんにゃく	こめ むぎ さとう でんぶん てんぷら こ さつまいも くろざとう	あぶら	601
										20.6
19 (水)	☆食育の日：まごはやさしいの「い（い も）」について知ろう げんまいごはん ツナじゃが ナッツいため くきわかめのつくだに		☆	まぐろ だいず	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん こまつな	にんにく しょうが たまねぎ えだまめ キャベツ とうもろこし	こめ もちげんまい じゃがいも くろざとう さとう	あぶら アーモンド ごま	575
										21.3
20 (木)	わくわくこんだて		☆	ベーコン だいず しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	ピーマン パセリ こまつな にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ とうもろこし	げんえんパン さとう じゃがいも	あぶら	562
										22.6
21 (金)	☆行事食：和食の日 むぎごはん まぐろとだいずのあげに やさいのじゃこいため もずくじる		☆	まぐろ だいず たまご とうふ	ぎゅうにゅう しらすぼし もずく	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ えのきたけ	こめ むぎ でんぶん こむぎこ さとう	あぶら ゴマあぶら ごま	594
										30.0
25 (火)	☆食物せんいこんだて：きのこ きのこいりピラフ にこみハンバーグ ブロッコリー キャベツのスープ アーモンド		☆	ウィンナー ハンバーグ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー チンゲンサイ	たまねぎ えのきたけ しいたけ とうもろこし キャベツ	こめ もちごめ さとう じゃがいも	あぶら アーモンド	583
										21.5
26 (水)	《換気をしよう》 こんさいカレー（むぎごはん） フルーツミックス		☆	ぶたにく レンズまめ しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう チーズ だっしふんにゅう	にんじん	たまねぎ ごぼう れんこん にん にく しょうが りんごピューレ みかん パイナップル もも	こめ むぎ さとい も こむぎこ マスカットゼリー	あぶら バター	638
										18.7
27 (木)	☆朝食献立：みどりグループの食品を食べよう こくとうしょくパン コーンクリームパスタ アーモンドいりフレンチサラダ		☆	ベーコン まぐろ とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	ほうれんそう に んじん みずな	たまねぎ しめじ とうもろこし キャベツ きゅうり レモンじる	こくとうパン ペンネ はちみつ	あぶら アーモンド	572
										22.8
28 (金)	☆防災の日：災害時の食事について知ろう むぎごはん やきのり うめぼし きびなごカリフライ じゃがいものきんぴら ぶたじる		☆	てんぷら ぶたにく あぶらあげ とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう やきのり きびなご カリカリフライ	にんじん さやいんげん ねぎ	うめぼし はくさい だいこん こんにゃく ごぼう	こめ むぎ じゃがいも さとう さといも	あぶら	624
										22.4

※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★ ◇1：B（全国のたけのこ生産量の約1/4が福岡県産です。 いちごは2位、柿は3位、お茶は5位でした。）
◇2：A（ラー麦は、こしが強い・歯切れがよい・色が良いのが特徴で、細い博多ラーメンのために開発されました。）