

1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8年

日付 曜日	こんだてめい	ぎ ゆう に ゆう	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		エネルギーになる		たんぱくしつ
			たんぱくしつ	むぎしつ	ビタ ミン		たんすいかぶつ	ししつ	
9 (金)	★しょくもつせんいこんだて：いも ★ ハヤシライス（むぎごはん） さつまいものサラダ みかんゼリー	☆	ぎゅうにく	ぎゅうにゆう	にんじん さやいんげん ブロッコリー トマトピューレ	にんにく たまねぎ しめじ とうもろこし	こめ むぎ こむぎこ くろざとう さつまいも みかんゼリー	あぶら ノイック マヨネーズ	667 17.8
13 (火)	わくわくこんだて	☆	ぎゅうにく ちくわ	ぎゅうにゆう しらすぼし いりこ	ねぎ こまつな にんじん	たまねぎ しいたけ はくさい キャベツ レモンじゅる りんご	こめ むぎ さとう うどん	あぶら ゴマあぶら ごま ノイック マヨネーズ	600 19.9
14 (水)	★行事食：お正月の料理について知ろう★ むぎごはん ぶりのてりやき くりきんとん かつおなおすいもの くきわかめのつくだに	☆	ぶりてりやき とりにく かまぼこ	ぎゅうにゆう くきわかめ	かつおな	はくさい えのきたけ	こめ むぎ さつまいも さとう	くり ごま	608 23.2
15 (木)	《旬の魚：たらについて知ろう》 げんえんしょくパン たらのクリームシチュー はなやさいのサラダ アーモンド	☆	とりにく すけとうだら しろいんげんまめ とうにゆう	ぎゅうにゆう チーズ だっしふんにゆう	にんじん さやいんげん ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー とうもろこし	げんえんパン じゃがいも こむぎこ さとう	バター あぶら アーモンド	600 28.1
16 (金)	《旬の野菜：れんこんについて知ろう》 むぎごはん あつあげとれんこんのカレーいため きびなこのいそべあげ きゃべつのいためもの わかめのさつとに	☆	ぶたにく あつあげ てんぷら	ぎゅうにゆう きびなご あおのり わかめ しらすぼし	きぬさや にんじ ん さやいんげん	れんこん しょうが キャベツ エリンギ	こめ むぎ さとう てんぷらこ	あぶら	633 26.5
19 (月)	★食育の日：まごわやさしいの「ま（豆）に ついて知ろう★ コロコロやさいのみそバターどん （むぎごはん） じゃがいものスープ ぼんかん	☆	ぶたにく だいず あかみそ	ぎゅうにゆう	さやいんげん にんじん パセリ	にんにく とうもろこ し たけのこ たまねぎ ぼんかん	こめ むぎ さとう じゃがいも	ごま あぶら バター	618 21.3
20 (火)	★福岡県産品の日：ねぎ★ ツナともずくのたきこみごはん あつあげのいためもの えびいりしるビーフン いよかんゼリー	☆	あぶらあげ まぐろ ウィンナー あつあげ えび	ぎゅうにゆう おきなわもずく	にんじん チンゲンサイ	しめじ えだまめ しょうが しろねぎ はくさい きくらげ	こめ もちごめ さとう でんぶ ビーフン いよかんゼリー	あぶら ゴマあぶら	570 21.8
21 (水)	★朝食献立：自分で朝ごはんを作ろう★ むぎごはん たまごやき きんぴらごぼう みそしる なつとう	☆	あつやきたまご あぶらあげ あつあげ こめみそ むぎみそ なつとう	ぎゅうにゆう	にんじん ねぎ	ごぼう こんにゃく たまねぎ キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま	604 23.5
22 (木)	《旬の野菜：ほうれんそうについて知ろう》 はいがしょくパン スライスチーズ ほうれんそうのオイルパスタ はくさいとりんごのサラダ	☆	ベーコン たまごそばろ	ぎゅうにゆう チーズ	ほうれんそう にんじん	にんにく キャベツ しめじ はくさい りんご	はいがパン スパゲッティ さとう ぶどうゼリー	オリーブゆ	661 24.2
23 (金)	★日本味めぐり：山口県★ むぎごはん あじフライ はすのさんばい けんちょうじゅる からいりこ	☆	あじ あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゆう いりこ	にんじん ねぎ	れんこん こんにゃく だいこん ごぼう	こめ むぎ てんぷらこ パンこ さとう	あぶら	609 24.5
26 (月)	給 食 週 間 ・ タ イ ム ス リ ッ プ 給 食	☆	さけ あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゆう	こまつな にんじ ん	キャベツ ごぼう はくさい	こめ むぎ さといも	あぶら ごま	539 22.4
27 (火)		☆	あぶらあげ あつやきたまご とうふ だいず こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゆう ひじき わかめ	にんじん かほ ちや ねぎ	えだまめ だいこん レモンじゅる はくさい こんにゃく	こめ さとう	あぶら ごま	629 20.0
28 (水)		☆	とりにく てんぷら	ぎゅうにゆう のり しらすぼし	ねぎ こまつな にんじん	しょうが キャベツ もやし えだまめ ぼんかん	こめ さとう じゃがいも	あぶら	590 22.8
29 (木)		☆	くじらメンチカ ツ とりにく しろいんげんま め とうにゆう	ぎゅうにゆう だっしふんにゆう	にんじん	キャベツ たまねぎ グリーンピース パナナ	パン じゃがい も こむぎこ	あぶら バター	670 26.7
30 (金)		☆	いか えび レンズまめ しろいんげんまめ とうふ	ぎゅうにゆう チーズ ヨーグルト	にんじん こまつ な	たまねぎ えだまめ にんにく しょうが りんご とうもろこし	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ さとう ももゼリー	あぶら バター アーモンド ゴマあぶら	664 22.8

※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。

★きゅうしょくだよりのクイズのこたえ★ ◇1：万能・ばんのう（「博多万能ねぎ」。どんな食べ方をしてもおいしいことからついた名前です。）

◇2：A（青い部分も白い部分もねぎの「葉」です。土の中で育った部分だけが白くなります。）