

# 2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<br>よ<br>び | こんだてめい   | き<br>ゅ<br>う<br>に<br>ゆ<br>う | おもなしょくひんのはたらき                               |                                    |                          |   |   |  | エネルギー<br>たんぱくしつ |  |
|-------------|--|----------------------------|---|------------------------------------|--------------------------|---|---|--|-----------------|--|
|             |  |                            | からだをつくるものとなる                                |                                    | 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                                      | むきしつ                               | ビタミン                     |   | たんすいかぶつ                                       | しつ                                       |                 |  |
| 2<br>(月)    | ☆世界食べ歩き：スペイン<br>パエリア スパニッシュオムレツ<br>はなやさいのサラダ ソバ                            | ☆                          | とりにく いか<br>あさり ベーコン<br>スパニッシュオムレツ           | ぎゅうにゅう                             | にんじん<br>トマト<br>ブロッコリー    | にんにく たまねぎ<br>カリフラワー キャベツ<br>とうもろこし セロリ                | こめ もちごめ<br>さとう<br>じゃがいも                       | あぶら                                      | 567             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 22.3            |  |
| 3<br>(火)    | ☆行事食：節分<br>むぎごはん いわしのマーマレードに<br>じゃがいものきんぴら<br>みそしる せつぶんまめ                  | ☆                          | いわしてんぶら<br>あつあげ こめみそ<br>むぎみそ だいす            | ぎゅうにゅう<br>わかめ                      | にんじん<br>さやいんげん<br>ねぎ     | しょうが<br>オレンジジュース<br>こんにゃくえのきたけ<br>たまねぎ                | こめ むぎ<br>マーマレード<br>さとう<br>じゃがいも               | あぶら                                      | 604             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 26.8            |  |
| 4<br>(水)    | 《感謝して食べよう》<br>むぎごはん ツナじゃが<br>くきわかめのサラダ そぼろふりかけ<br>みかんゼリー                   | ☆                          | まぐろ だいす<br>ぶたにく<br>かつおぶし                    | ぎゅうにゅう<br>くきわかめ                    | にんじん<br>さやいんげん           | にんにく しょうが<br>たまねぎ たいこん<br>とうもろこし レモンじる                | こめ むぎ<br>じゃがいも<br>さとう<br>みかんゼリー               | あぶら<br>ごま<br>ゴマあぶら                       | 627             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 20.9            |  |
| 5<br>(木)    | ☆食物せんい献立：豆<br>ピーンズカレードッグ（せわりコッペパン<br>ピーンズカレー キャベツ）<br>コーンスープ ヨーグルト         | ☆                          | ぶたにく だいす<br>ベーコン<br>しろいんげんまめ<br>とうにゅう       | ぎゅうにゅう<br>ヨーグルト                    | にんじん<br>ほうれんそう           | たまねぎ キャベツ<br>とうもろこし                                   | パン<br>じゃがいも                                   | あぶら                                      | 611             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 26.0            |  |
| 6<br>(金)    | ☆朝食献立：野菜料理を食べよう<br>むぎごはん わかさぎのあげに<br>ほうれんそうのかおりあえ<br>にくだんごじる ほんかん          | ☆                          | こんさいつくね<br>とうふ                              | ぎゅうにゅう<br>わかさぎ<br>のり               | ほうれんそう<br>にんじん<br>ねぎ     | しょうが もやしたまねぎ<br>えのきたけ ほんかん                            | こめ こむぎこ<br>むぎ でんぶん<br>くろざとう<br>さといも           | あぶら<br>ごま                                | 592             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 19.6            |  |
| 9<br>(月)    | 《茎わかめについて知ろう》<br>むぎごはん みそおでん やさいのじゃこいため<br>くきわかめのつくだに さつまポテト               | ☆                          | とりにく あつあげ<br>こめみそ ぶたにく                      | ぎゅうにゅう<br>しらすぼし<br>くきわかめ           | にんじん<br>さやいんげん           | こんにゃく<br>だいこん キャベツ                                    | こめ むぎ<br>さといも<br>さとう<br>さつまポテト                | ゴマあぶら<br>ごま                              | 636             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 23.2            |  |
| 10<br>(火)   | 《体が温まる料理について知ろう》<br>むぎごはん まぐろのかりんとがらめ<br>こふきいも はくさいのそぼろじる                  | ☆                          | まぐろ とりにく                                    | ぎゅうにゅう                             | にんじん ねぎ                  | しょうが えだまめ<br>えのきたけ はくさい                               | こめ こむぎこ<br>むぎ でんぶん<br>さとう<br>じゃがいも            | あぶら<br>アーモンド                             | 615             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 29.0            |  |
| 12<br>(木)   | 《きれいに手を洗おう》<br>ワンローフパン くろまめきなこクリーム<br>ひじきいりスパゲッティ<br>アーモンドサラダ りんご          | ☆                          | とりにく<br>あぶらあげ<br>てんぶら                       | ぎゅうにゅう<br>ひじき                      | にんじん<br>さやいんげん<br>ブロッコリー | たまねぎ えのきたけ<br>キャベツ とうもろこし<br>レモンじる りんご                | パン<br>スパゲッティ<br>さとう                           | くろまめきなこ<br>クリーム<br>あぶら<br>オリーブ油<br>アーモンド | 662             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 24.2            |  |
| 13<br>(金)   | 《いろいろなどんぶりについて知ろう》<br>カツどん（むぎごはん）<br>こまつなじやがいものあえもの                        | ☆                          | トンカツ<br>たまご                                 | ぎゅうにゅう                             | にんじん<br>こまつな             | たまねぎ しろねぎ<br>ほししいたけ<br>とうもろこし                         | こめ むぎ<br>さとう<br>でんぶん<br>じゃがいも                 | あぶら<br>ゴマあぶら<br>ごま                       | 621             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 21.4            |  |
| 16<br>(月)   | 《はるさめの由来について知ろう》<br>むぎごはん マーボーどうふ<br>はるさめのいためもの りんご                        | ☆                          | ぶたにく だいす<br>とうふ あかみそ<br>ハム                  | ぎゅうにゅう                             | にんじん<br>ねぎ               | しょうが にんにく<br>たまねぎ ほししいたけ<br>キャベツ きくらげりんご              | こめ むぎ<br>さとう<br>でんぶん<br>はるさめ                  | ゴマあぶら<br>あぶら                             | 586             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 19.5            |  |
| 17<br>(火)   | ☆日本味めぐり：北海道<br>むぎごはん ほっけのざんき<br>こんぶあえ どさんこじる<br>かぼちゃプリン                    | ☆                          | ほっけ ぶたにく<br>とうふ こめみそ                        | ぎゅうにゅう<br>しおこんぶ                    | にんじん<br>こまつな             | しょうが にんにく<br>キャベツ とうもろこし<br>もしやし しろねぎ                 | こめ でんぶん<br>むぎ こむぎこ<br>さとう<br>じゃがいも<br>かぼちゃプリン | あぶら<br>ごま<br>バター                         | 634             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 23.3            |  |
| 18<br>(水)   | ☆福岡県産の日：小麦☆<br>わかめむぎごはん とりなんうどん<br>やさいのごまいため チョコレートプリン                     | ☆                          | とりにく ちくわ                                    | ぎゅうにゅう<br>わかめ                      | にんじん<br>ねぎ<br>こまつな       | ごぼう たまねぎ キャベツ<br>もしやし                                 | こめ むぎ<br>さとう<br>うどん<br>チョコレート リン              | あぶら<br>ごま                                | 645             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 20.8            |  |
| 19<br>(木)   | ☆食育の日：野菜について知ろう<br>はいがしょくパン スライスチーズ<br>ポトフ ハニーサラダ オレンジ                     | ☆                          | とりにく<br>ひよこまめ                               | ぎゅうにゅう<br>チーズ                      | にんじん<br>ブロッコリー           | たまねぎ セロリ<br>キャベツ とうもろこし<br>オレンジ                       | はいがパン<br>じゃがいも<br>はちみつ                        | あぶら                                      | 601             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 25.0            |  |
| 20<br>(金)   | わくわくこんだて   | ☆                          | とりにく だいす<br>レンズまめ<br>まぐろ                    | ぎゅうにゅう<br>チーズ<br>ヨーグルト<br>だっしるんにゅう | トマト<br>にんじん              | たまねぎ しょうが<br>にんにくりんごピューレ<br>キャベツ                      | こめ むぎ<br>こむぎこ<br>さとう                          | あぶら<br>アーモンド                             | 636             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 23.6            |  |
| 24<br>(火)   | ☆日本とつながりの深い国々：韓国☆<br>むぎごはん ヤンニョムチキン<br>だいこんのナムル<br>ほうれんそうとのりのスープ           | ☆                          | とりにく<br>こうやどうふ                              | ぎゅうにゅう<br>わかめ のり                   | ほうれんそう<br>にんじん           | にんにく だいこん<br>とうもろこし えのきたけ<br>たまねぎ                     | こめ むぎ<br>みずあめ<br>さとう                          | あぶら ごま<br>コマあぶら                          | 601             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 24.9            |  |
| 25<br>(水)   | 《しゅんぎくについて知ろう》<br>むぎごはん<br>あじのパンこやき しゅんぎくのごまあえ<br>とりごぼうじる ほんかん             | ☆                          | あじ ハム とりにく<br>あつあげ                          | ぎゅうにゅう                             | しゅんぎく<br>にんじん<br>パセリ     | にんにく もやし キャベツ<br>ごぼう だいこん ほんかん<br>ほししいたけ しろねぎ<br>ぼんかん | こめ むぎ<br>パン                                   | ノンエッグ<br>マヨネーズ<br>あぶら ごま<br>コマあぶら        | 622             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 24.0            |  |
| 26<br>(木)   | ☆えらぼう給食：主菜☆<br>げんえんしょくパン<br>オムレツまたはハンバーグのデミソースかけ<br>とうにゅうクラムチャウダー<br>アーモンド | ☆                          | ハンバーグ<br>オムレツ ベーコン<br>あさり とうにゅう<br>しろいんげんまめ | ぎゅうにゅう                             | にんじん<br>パセリ              | たまねぎ しめじ<br>えのきたけ                                     | げんえんパン<br>さとう<br>じゃがいも                        | あぶら<br>アーモンド                             | 576             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 24.8            |  |
| 27<br>(金)   | 《カルシウムについて知ろう》<br>むぎごはん<br>あつあげとチングンサイのみぞに<br>こまつなごますあえ じゃこふりかけ<br>プリン     | ☆                          | ぶたにく あつあげ<br>こめみぞ ちくわ                       | ぎゅうにゅう<br>しらすぼし                    | チングンサイ<br>にんじん<br>こまつな   | しょうが たまねぎ<br>キャベツ レモンじる                               | こめ むぎ<br>さとう<br>でんぶん<br>プリン                   | ゴマあぶら<br>あぶら ごま                          | 624             |  |
|             |  |                            |   |                                    |                          |   |   |  | 21.6            |  |

※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、全児童の量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 大麦 (麦ごはんに使うのは「大麦」です。 麦茶の原料も大麦です。)

◇問2 :B 細かい粉にする (小麦粒の皮をむき、粉にしたものが「小麦粉」です。パンや麺、お菓子の材料になります。)