Ⓟ 令和7年

2月　学校給食こんだて表

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

日 ようび	こんだてめい	ぎゅうにゅう	おもなしょくひんのはたらき						エネルギー たんぱくしつ
			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	むきしつ	ビタミン		たんすいかぶつ	ししつ	
3 (月)	**☆教科関連：６年社会科「日本とつながりの深い国 中国」** むぎごはん マーボーどうふ かいそうサラダ あさりのつくだに りんご	☆	だいず ぶたにく とうふ あかみそ あさり	ぎゅうにゅう とさかのり わかめ こんぶ	にんじん にら	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ キャベツ とうもろこし レモンじる りんご	こめ むぎ さとう でんぷん	あぶら ゴマあぶら ごま	646 24.9
4 (火)	**《人参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 さつまいものサラダ かぶのチャウダー チーズ	☆	こうやどうふ まぐろ ハム ベーコン とりにく しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマトピューレ ブロッコリー	たまねぎ えだまめ とうもろこし しめじ かぶ	こめ もちごめ さつまいも	あぶら ノンエッグマヨネーズ	588 21.3
5 (水)	**《醤油について知ろう》** むぎごはん さばのにつけ もやしとじゃこのいためもの ぶたじる	☆	さば 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 しらすぼし	こまつな にんじん ねぎ	しょうが もやし はくさい だいこん えのきたけ こんにゃく ごぼう	こめ むぎ くろざとう	あぶら	597 26.6
6 (木)	**☆食物せんい：種実類（アーモンド）** ミルクしょくパン ビーンズシチュー アーモンドサラダ ポンカン	☆	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマトピューレ ブロッコリー	たまねぎ えだまめ キャベツ とうもろこし ポンカン	ミルクパン じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら アーモンド	627 25.2
7 (金)	**《白和えについて知ろう》** むぎごはん ししゃもフライ いんげんのしらあえ にくだんごじる くきわかめのつくだに	☆	とうふ こめみそ つくね	ぎゅうにゅう ししゃもフライ くきわかめ	さやいんげん にんじん こまつな	こんにゃく たまねぎ キャベツ	こめ むぎ さとう	あぶら ごま ねりごま	647 22.0
10 (月)	**☆県産品の日：大根** むぎごはん おでん はくさいのかぼすあえ だいこんばとじゃこのふりかけ アーモンド	☆	とりにく あつあげ てんぷら	ぎゅうにゅう こんぶ しらすぼし	にんじん はだいこん	こんにゃく だいこん はくさい えのきたけ かぼすかじゅう	こめ むぎ さといも さとう	ゴマあぶら アーモンド	567 20.2
12 (水)	わくわくこんだて	☆	とりにく ハム たまご	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ でんぷん こむぎこ さとう はるさめ	あぶら ごま ゴマあぶら	574 21.9
13 (木)	**《米粉パンについて知ろう》** こめこパン ひきにくとチーズのオムレツ ブロッコリーソテー やさいスープ	☆	たまご ぶたにく とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	トマト あかパプリカ さやいんげん ブロッコリー にんじん	たまねぎ とうもろこし キャベツ セロリ	こめこパン じゃがいも	あぶら	573 26.4
14 (金)	**《カレーの作り方を知り、調理員さんに感謝して食べよう》** ビーンズカレー（むぎごはん） キャベツとれんこんのソテー バナナ	☆	とりにく あかいんげんまめ レンズまめ しろいんげんまめ まぐろ	ぎゅうにゅう チーズ だっしふんにゅう	にんじん こまつな	しょうが にんにく たまねぎ えだまめ キャベツ れんこん とうもろこし バナナ	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ	あぶら バター	659 20.8
17 (月)	**《博多な花おいしい菜について知ろう》** むぎごはん うどんのみそじたて はかたなばなおいしいなのいためもの ひじきふりかけ ポンカン	☆	とりにく あぶらあげ こめみそ むぎみそ ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ はかたなばな おいしいな あかしそ	はくさい しょうが たまねぎ しろねぎ ポンカン	こめ むぎ うどん さとう でんぷん	ゴマあぶら ごま	601 20.2
18 (火)	**《牛乳の栄養について知ろう》** むぎごはん にくじゃが とうふとアーモンドのサラダ わかめにさっとに	☆	ぎゅうにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく キャベツ とうもろこし	こめ むぎ じゃがいも くろざとう さとう	あぶら アーモンド ゴマあぶら	568 19.1
19 (水)	**☆食育の日：まごはやさしいの食べ物で鉄、カルシウムをとろう** むぎごはん しろみざかなとだいずのあげに ブロッコリーのごまずあえ いものこじる からいりこ	☆	たら だいず とりにく	ぎゅうにゅう こんぶ いりこ	さやいんげん ブロッコリー にんじん	しょうが たまねぎ ごぼう まいたけ しろねぎ こんにゃく	こめ むぎ でんぷん こむぎこ さとう さといも	あぶら ごま	587 24.7
20 (木)	**《水菜について知ろう》** げんえんしょくパン スライスチーズ とりにくとまめのトマトソースに みずなとツナのサラダ オレンジ	☆	とりにく ひよこまめ まぐろ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト トマトピューレ みずな	たまねぎ キャベツ だいこん	げんえんパン じゃがいも さとう	オリーブゆ あぶら	578 27.4
21 (金)	**☆朝食献立：簡単なおかず（野菜いため）について知ろう** むぎごはん ほっけのみそマヨやき やさいいため ごまいりみそしる たかなのあぶらいため	☆	ほっけ こめみそ てんぷら あぶらあげ むぎみそ	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし	こまつな にんじん ねぎ たかなづけ	しめじ もやし たまねぎ だいこん	こめ むぎ さとう じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ あぶら ごま	581 23.3
25 (火)	**☆えらぼう給食：魚と肉の栄養の違いを考えて選ぼう** むぎごはん さばのみそホイルやき または チキンのてりやき くきわかめのいために きのこたっぷりとうにゅうじる	☆	さばホイルやき とりにく てんぷら ベーコン だいず とうにゅう こめみそ	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん きぬさや ねぎ	こんにゃく キャベツ しめじ ほししいたけ まいたけ たまねぎ	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	594 25.9
26 (水)	**《福岡県の郷土料理：がめ煮について知ろう》** むぎごはん がめに たまごやき キャベツとひじきのごまサラダ かりかりいりこ ヨーグルト	☆	とりにく たまごやき	ぎゅうにゅう ひじき いりこ あおのり ヨーグルト	にんじん きぬさや あかピーマン みずな	こんにゃく れんこん たけのこ ごぼう ほししいたけ キャベツ	こめ むぎ さといも さとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま	664 26.0
27 (木)	**☆世界食べ歩き：カナダ** ワンローフパン メープル＆マーガリン サーモンシチュー はなやさいのサラダ りんご	☆	さけ とうにゅう しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ カリフラワー とうもろこし りんご	パン さとう メープル＆マーガリン じゃがいも こむぎこ	あぶら バター	589 24.0
28 (金)	**☆日本味めぐり：鹿児島県** むぎごはん てづくりさつまあげ やさいのじゃこいため さつまじる	☆	さかなすりみ いわし たまご こめみそ とりにく とうふ あぶらあげ むぎみそ	ぎゅうにゅう しらすぼし	さやいんげん にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう えだまめ キャベツ はくさい こんにゃく だいこん	こめ むぎ さとう	あぶら ゴマあぶら ごま	580 25.1

※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★　◇第１問　「がめに」　◇第２問　「だいこん」