

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
大野城市立小学校

令和8年

日付 曜日	こんだてめい	ぎょう こう こう	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	☆	ぶたにく	ぎゅうにゅう	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 くるざとう さつまいも	あぶら ノイック マネ ズ	619 17.7
13 (火)	わくわくこんだて	☆	ぎゅうにく ちくわ	ぎゅうにゅう しらすほし 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 マネ 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	ぎゅうにゅう 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 とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ だっしふんにゅう	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 キャベツのいためもの わかめのさつとに	☆	ぶたにく あつあげ てんぷら	ぎゅうにゅう きびなご あおのり わかめ しらすほし	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☆ ココロやさし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	ぎゅうにゅう	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)	☆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 けんちょうじる からいりこ	☆	あじ あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう 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
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	ぎゅうにゅう	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 たまごそぼろ	ぎゅうにゅう 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	オリーブゆ	610 24.0
23 (金)	☆福岡県産品の日: ねぎ☆ ツナともすくのだきこみごはん あつあげのいためもの えびいりしるビーフン いやかんゼリー	☆	あぶらあげ まぐろ ぶたにく あつあげ えび	ぎゅうにゅう おきなわもすく	にんじん チンゲンサイ	しめじ えだまめ しょうが しるねぎ はくさい きくらげ	こめ もちごめ さとう てんぷん ビーフン いやかんゼリー	あぶら ゴマあぶら	573 21.8
26 (月)	☆明治時代 むぎごはん さけのしおやき あおなのいためもの みそしる	☆	さけ あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう	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)	☆大正時代 ごもくごはん あつやきたまご だいこんとわかめのすのもの えいようみそしる	☆	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	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	にんじん かほ ちゃ 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)	☆100年前から伝わる鶏ほっかけ がんそとりほっかけ (ごはん) やさしいため じゃがじゃこ ぼんかん	☆	とりにく てんぷら	ぎゅうにゅう のり しらすほし	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)	☆昭和30年代 コッペパンくじらメンチカツ キャベツ クリームシチュー バナナ	☆	くじらメンチカツ 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	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)	☆現代: えらぼうきゅうしょく シーフードカレー(むぎごはん) とうふのサラダ ヨーグルトまたは ももゼリー	☆	いか えび レンズまめ しろいんげんま め とうふ	ぎゅうにゅう 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。