

9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 よう び	こんだてめい	献 立 に あ 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	
2 (水)	《香辛料の種類や役目について知ろう》 キーマカレー（むぎごはん） ナッツいため パイナップル	☆	とりにく だいず レンズまめ	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト だっしぶんにゅう	トマト こまつな にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんごピューレ とうもろこし パイナップル	こめ むぎ こむぎこ じゃがいも	あぶら バター アーモンド	663 22.9
3 (木)	☆朝食献立：朝食のはたらき①頭のスイッチについて知ろう げんえんしょくパン スライスチーズ ホキフライ カラフルソテー じゃがいもととうにゅうのスープ	☆	ホキフライ ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	ブロッコリー あかピーマン にんじん パセリ	とうもろこし キャベツ たまねぎ	げんえんパン じゃがいも	あぶら	617 26.8
4 (金)	《食事のマナーについて知ろう》 むぎごはん さけのしおやき もやしとじゃこのいためもの みそしる ヨーグルト	☆	さけ てんぷら あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう しらすぼし ヨーグルト	こまつな かぼちゃ にんじん ねぎ	もやし たまねぎ えのきだけ	こめ むぎ	あぶら	565 25.5
7 (月)	☆教科との関連：5年社会科 むぎごはん ちぐさやき あおなごまいため みそしる のりつくだに	☆	とりにく たまご あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう ひじき しらすぼし のりつくだに	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ ほししいたけ しめじ にんにく キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ごま	577 22.2
8 (火)	《調理員さんに感謝して食べよう》 むぎごはん しろみざかなのレモンソース じゃがいものきんぴら ごもくじる わかめのさっとに	☆	たら てんぷら 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 ねぎ	レモンじる こんにゃく しめじ もやし	こめ むぎ さとう じゃがいも でんぶん	あぶら	547 20.1
9 (水)	☆食物せんい献立：穀類 むぎごはん あつあげとだいずのうまに やさしいため あさりのつくだに	☆	とりにく あつあげ だいず ちくわ あさり	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな	こんにゃく たまねぎ キャベツ しょうが	こめ むぎ くろざとう	ゴマあぶら ごま	580 23.5
10 (木)	《なすについて知ろう》 ミルクねじりパン ペンネのシシリアン フルーツミックス	☆	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	トマト ピーマン トマトピューレ	たまねぎ セロリ なす みかん パイナップル もも	ミルクパン ペンネ マスカット ゼリー	あぶら オ リーブゆ	585 20.9
11 (金)	《教室の環境を整えよう》 むぎごはん マーボーじゃがいも はるさめのいためもの アーモンドいりこ	☆	ぶたにく あかみそ ハム	ぎゅうにゅう いりこ	さやいんげん にんじん	しょうが にんにく ほししいたけ たまねぎ もやし きくらげ	こめ むぎ じゃがいも さとう はるさめ くろざとう	あぶら ゴマあぶら アーモンド	581 19.3
14 (月)	☆日本味めぐり：愛知県 むぎごはん みそカツ キャベツ はちはいじる	☆	ぶたにく あかみそ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ こんにゃく ほししいたけ たまねぎ	こめ むぎ てんぷらこ パンこ さとう	あぶら	553 21.0
15 (火)	《ピーマンについて知ろう》 むぎごはん タンタンめん こまつなのちゅうかあえ じゃことピーマンのつくだに	☆	ぶたにく こめみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん チンゲンサイ こまつな ピーマン	にんにく しょうが きくらげ キャベツ もやし	こめ むぎ ビーフン さとう	あぶら ねりごま ゴマあぶら	540 18.4
16 (水)	☆世界食べ歩き：フィリピン ギニリン（ごはん） アドボンカンコン パナナ	☆	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん あかパプリカ トマト くうしんさい	にんにく たまねぎ きパプリカ もやし パナナ	こめ じゃがいも さとう	あぶら	560 17.3
17 (木)	《協力して準備をしよう》 ワンローフパン ビーンズシチュー マカロニサラダ オレンジ	☆	ぶたにく だいず ハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマトピューレ	たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし オレンジ	パン じゃがいも こむぎこ マカロニ	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	593 23.7
18 (金)	☆食育の日：あじについて知ろう むぎごはん あじのパンこやき じゃがいものオイスターソースいため かきたまじる	☆	あじ ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう	ピーマン チンゲンサイ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ もやし	こめ むぎ パンこ さとう じゃがいも でんぶん	ノンエッグ マヨネーズ あぶら	571 22.0
24 (木)	《なしについて知ろう》 ビーンズカレードッグ（せわりコッペパン まめのカレーに） ツナとアーモンドのサラダ なし	☆	ぶたにく だいず レンズまめ まぐろ	ぎゅうにゅう	みずな にんじん	たまねぎ とうもろこし キャベツ なし	パン さとう	あぶら アーモンド	566 23.3
25 (金)	☆行事食：中秋の名月 さつまいもごはん きびなごカリカリフライ ひじきのにも けんちんじる	☆	あぶらあげ てんぷら とうふ	ぎゅうにゅう きびなご カリカリフライ ひじき	にんじん さやいんげん ねぎ	こんにゃく たまねぎ しめじ	こめ もちごめ さつまいも くろざとう	くろごま あぶら	576 19.3
28 (月)	わくわくこんだて	☆	ウインナー たまごやき まぐろ にくだんこ	ぎゅうにゅう ふくおか ありあけのり	にんじん こまつな	きゅうり たまねぎ おうとう	こめ	ごま ノンエッグ マヨネーズ	656 25.8
29 (火)	《さばのホイルやきについて知ろう》 むぎごはん さばホイルやき くきわかめのごまサラダ ぶたじる	☆	さばホイルやき ぶたにく あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう くきわかめ	こまつな にんじん	きゅうり とうもろこし キャベツ レモンじる だいこん えのきだけ こんにゃく	こめ むぎ さとう じゃがいも	ごま あぶら ゴマあぶら	619 27.0
30 (水)	《ピラフについて知ろう》 カレーピラフ バイクドエッグ とうふのサラダ じゃがいもとまめのスープ	☆	とりにく バイクドエッグ とうふ てぼうまめ	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ とうもろこし レモンじる しめじ	こめ もちごめ さとう じゃがいも	あぶら オリーブゆ	526 18.5

※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。