

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7年

日 よう び	こんだてめい	きょう ごう ごう	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 (火)	《第2学期の給食開始：協力して準備しよう》 ぶたじゃこどん(むぎごはん) おすいもの パイナップル	☆	ぶたにく かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう しらすほし わかめ	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ えのきたけ パイナップル	こめ むぎ さとう でんぷん	あぶら	545 22.4
3 (水)	《カルシウムの多い食品について知ろう》 むぎごはん マーボーとうふ はるさめのいためもの アーモンドいりこ	☆	だいず ぶたにく とうふ あかみそ ハム	ぎゅうにゅう いりこ	にんじん なら こまつな	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ もやし	さとう こめ でんぷん むぎ はるさめ くろざとう	あぶら ごまあぶら アーモンド	625 25.1
4 (木)	《シシリアンの名前の由来について知ろう》 ミルクねじりパン スパゲッティシシリアン フルーツカクテル	☆	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	トマト トマト ピーマン	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 スパゲッティ ゼリー	あぶら オリーブゆ	582 21.0
5 (金)	《汁物の出汁について知ろう》 むぎごはん きびなごカリカリフライ キャベツのいためもの みそしる	☆	てんぷら あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう きびなごカリ フライ わかめ	さやいんげん かぼちゃ ねぎ	キャベツ エリンギ たまねぎ	こめ むぎ	あぶら	569 19.2
8 (月)	《酸味の食欲増進効果について知ろう》 むぎごはん いわしのかぼすレモンに じゃがいものきんぴら かきたまじる	☆	いわしの かぼすレモンに てんぷら とうふ たまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ さやいんげん こまつな	こんにゃく たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぷん	あぶら	568 23.1
9 (火)	☆行事食：重陽の節句 むぎごはん とりにくとなすのあげに あきやさいのぶたじる きくらげのつくだに	☆	とりにく ぶたにく とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが なす しめじ こんにゃく えだまめ きくらげ	こむぎここめ でんぷん むぎ さとう さつまいも	あぶら ごま ごまあぶら	610 20.3
10 (水)	《旬の野菜：ピーマン》 むぎごはん にくじゃが もやしのいためもの じゃことピーマンのつくだに パナナ	☆	ぶたにく てんぷら	ぎゅうにゅう しらすほし	にんじん さやいんげん こまつな ピーマン	たまねぎ こんにゃく もやし エリンギ パナナ	こめ むぎ じゃがいも くろざとう さとう	あぶら	595 20.0
11 (木)	《朝食献立：主食の働きについて知ろう》 けんさんむぎしよくパン いちじくジャム ミートオムレツ ベジタブルソテー じゃがいもとトマトのスープ ヨーグルト	☆	ミートオムレツ ウインナー	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん さやいんげん トマト	とうもろこし たまねぎ レタス エリンギ	パン いちじくジャム じゃがいも	あぶら	566 23.2
12 (金)	☆食物せんい献立：麦ごはん ドライカレー(むぎごはん) キャベツとツナのソテー	☆	ぶたにく だいず レンズまめ まぐろ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな トマト	にんにく しょうが たまねぎ しめじ とうもろこし キャベツ	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	557 20.2
16 (火)	《高野豆腐の栄養について知ろう》 にんじんとうふまぐろのピラフ とうふのいためもの やさしいスープ アーモンド	☆	こうやとうふ まぐろ とうふ ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パ こまつな あかパプリカ トマト	たまねぎ えだまめ とうもろこし キャベツ セロリ にんにく	こめ もちこめ でんぷん じゃがいも	あぶら アーモンド	542 20.0
17 (水)	☆教科と関連した献立：5年生社会科 「これからの食料生産」 むぎごはん ちくさやき みそしる こまつなのいためもの のりつくだに	☆	とりにく たまご ちくわ あつあげ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ のりつくだに	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ ほししいたけ キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら	577 20.8
18 (木)	《旬の果物：なし》 げんえんしよくパン チリコンカン マカロニサラダ なし	☆	ぶたにく ぎんときまめ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん トマト	にんにく たまねぎ きゅうり とうもろこし キャベツ なし	げんえんパン マカロニ	あぶら リックマヨネーズ	555 22.3
19 (金)	☆食育の日：まごわやさしいの「さ(魚)」に ついて知ろう むぎごはん ワンタンスープ あじのからあげごまソース じゃがいものオイスターソースいため	☆	あじ ぶたにく	ぎゅうにゅう	ピーマン チンゲンサイ にんじん	しょうが たまねぎ もやし	こめ むぎ さとう こむぎこでんぷん くろざとう リックじゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら	585 22.3
22 (月)	わくわくこんだて	☆	ウインナー たまごやきまぐろ つくね	ぎゅうにゅう やきのり	にんじん ねぎ	きゅうり たまねぎ キャベツ	こめ もちこめ さとう	ごま リックマヨネーズ	630 26.5
24 (水)	《旬の野菜：とうがん》 むぎごはん あつあげとうがんにのもの パンパンジーサラダ わかめにさつとに オレンジ	☆	とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ しらすほし	にんじん	しょうが とうがん えだまめ たまねぎ キャベツ きゅうり こんにゃく オレンジ	こめ むぎ さとう でんぷん	ごま ねりごま	552 20.6
25 (木)	☆世界食歩歩き：エジプト はいがしよくパン スライスチーズ しろみぎかなのトマト入 サラダ・バラティ モロヘイヤとひよこまめのスープ	☆	ホキ レンズまめ ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう チーズ	トマト パプリカ にんじん ほうれんそう モロヘイヤ	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	はいがパン さとう じゃがいも	あぶら オリーブゆ	632 30.3
26 (金)	☆県産品：きゅうり むぎごはん タンタンめん ツナとアーモンドのサラダ あさりのつくだに	☆	ぶたにく こめみそ とうにゅうまぐろ あさり	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ あかピーマン	にんにく しょうが もやし きくらげ キャベツ きゅうり	こめ むぎ ビーフン さとう	あぶら ねりごま ごまあぶら アーモンド	594 21.2
29 (月)	☆日本味めぐり：静岡県 むぎごはん しらすとさくらえびのかきあげ かつおぶしあえ するがじる	☆	かつおぶし てんぷら とうふ こめみそ むぎみそ	ぎゅうにゅう しらすほし さくらえび	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん ごぼう	こめ むぎ てんぷらこ	あぶら	553 20.1
30 (火)	☆えらぼう給食：うどんにのせるものを選ぼう しそむぎごはん まるてんうどん または きつねうどん ツナともやしのごまいため オレンジ	☆	てんぷら あぶらあげ とりにく まぐろ	ぎゅうにゅう わかめ	ねぎ あかしそ チンゲンサイ にんじん	たまねぎ もやし オレンジ	こめ むぎ さとう うどん	ごま あぶら	558 20.8

※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。