



れい わ ねん がつ ぶん こん だて ひょう

令和6年4月分献立表

久留米市教育委員会
田主丸学校給食共同調理場

こんげつ きんぐく
今月の給食めあて

きょうりょく じゅんぴ あとかたづ
みんなで協力して準備や後片付けをしよう

きゅうしよくひょうご
給食標語

れい わ ねん だ かさく
令和5年度 佳作



ともだち ひょう み
～友達と メニュー表見て グータッチ～

く り む し り つ じ ょ う じ ま ら ち ま ら が っ こ う い け ず え れ い や
久留米市立城島中学校 池末 玲哉さん

日付 曜日	献立名	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal)
		主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのものになる		たんぱく質(g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質(g)
9 (火)	ミルクコッパン 茹でウィンナー ツナサラダ レンズ豆のスープ【朝ご飯の日】	ウィンナー ツナ ベーコン レンズ豆	牛乳	人参★ パセリ	胡瓜★ 玉葱★ キャベツ★ セロリー	ミルクパン じゃが芋	ノンエッグハーフ	725 36.0 25.7
10 (水)	入 学 式							
11 (木)	ご飯 白身魚のレモン醤油かけ ごま和え 豆腐の味噌汁	バサ 豆腐 油揚げ 味噌	牛乳 若布	小松菜★ 人参★ 葱★	レモン果汁 もやし 玉葱★ えのき茸	米★ 砂糖	油 ねりごま ごま	742 28.0 25.2
12 (金)	筍ご飯 県産野菜の卵焼き 大豆のゴマネーズ和え 麩のすまし汁【和食の日】	卵焼き 大豆 かまぼこ	牛乳 若布	人参★ 葱★	筍 胡瓜★ 玉葱★ えのき茸	米★ 砂糖 麩	油 ごま ねりごま ノンエッグハーフ	643 25.3 18.7
15 (月)	ご飯 野菜ラーメン もやしのナムル 海苔ふりかけ 【地場産の日】	豚肉 味噌	牛乳 海苔ふりかけ	人参★ 葱★ 青梗菜★	生姜 キャベツ★ 木くらげ もやし	米★ 砂糖 ちゃんぽん麺	ごま油 ごま	673 24.2 14.6
16 (火)	ミルク動物パン 照り焼きハンバーグ キャロットサラダ コンソメスープ	ハンバーグ ツナ ベーコン	牛乳	人参★ パセリ	玉葱★ コーン セロリー マッシュルーム	ミルクパン 砂糖 でん粉 じゃが芋	油 ノンエッグハーフ	640 29.8 25.6
17 (水)	麦ご飯 麻婆じゃが ぼんさんすう【ファイバー献立】	牛肉 豚肉 大豆 味噌 ハム	牛乳	人参★	玉葱★ にんにく 生姜 胡瓜★ キャベツ★ コーン	米★ 丸麦 じゃが芋 砂糖 でん粉 春雨	油 ごま油 ごま	731 26.1 20.2
18 (木)	チキンライス いんげん豆のポタージュ グリーンサラダ いちごゼリー 【入学・進級お祝い献立】	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	牛乳	人参★ トマト パセリ★	玉葱★ マッシュルーム キャベツ★ 胡瓜★ コーン レモン果汁	米★ いちごゼリー じゃが芋	油	695 23.4 14.8
19 (金)	ご飯 きびなごのかりかりフライ ひじきの煮物 沢煮椀【かみかみ献立】	天ぷら 大豆 豚肉	牛乳 きびなごフライ ひじき	人参★ いんげん 葱★	こんにゃく ごぼう 玉葱★	米★ 砂糖	油	698 24.2 20.8
22 (月)	麦ご飯 鯖の煮付け 紅白なます 若竹汁	鯖 油揚げ	牛乳 若布	人参★ 葱★	生姜 大根★ 筍 玉葱★	米★ 砂糖 丸麦	ごま	662 22.3 21.0
23 (火)	クレセントロールパン スパゲティミートソース 小松菜サラダ【地場産の日】	牛肉 豚肉 ハム	牛乳 チーズ	人参★ パセリ トマト 小松菜★	玉葱★ マッシュルーム キャベツ★ コーン	パン スパゲティ	油 ノンエッグハーフ	734 29.6 23.9
24 (水)	麦ご飯 チンジャオロース 春雨スープ 【中国の料理】	牛肉 豚肉	牛乳	ピーマン 人参★ ニラ★	筍 玉葱★ 生姜 木くらげ	米★ 丸麦 砂糖 でん粉 春雨	油 ごま油	678 23.6 21.1
25 (木)	カレー(麦ご飯) フルーツミックス	牛肉	牛乳 スキムミルク	人参★	玉葱★ にんにく りんご みかん バイオ 桃	米★ 丸麦 じゃが芋 小麦粉	油 バター	781 19.8 19.8
26 (金)	麦ご飯 高野豆腐のそぼろ煮 切り干し大根のごまマヨ和え	高野豆腐 豚肉 ツナ	牛乳	人参★ いんげん 青梗菜★	玉葱★ 筍 切り干し大根	米★ 丸麦 砂糖 でん粉	油 ごま ノンエッグハーフ	745 32.1 24.1
30 (火)	ワンローフパン じゃが芋のクリーム煮 ひきわり大豆サラダ いちごジャム 【手洗い献立】	鶏肉 大豆 白いんげん豆	牛乳 チーズ 生クリーム	人参★ パセリ★	玉葱★ しめじ キャベツ★ 胡瓜★ コーン	パン 砂糖 じゃが芋 小麦粉 いちごジャム	油 バター	740 26.8 26.4

※牛乳200cc1本が毎日つきます。入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。★は久留米市の地場産です。