



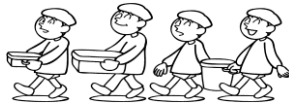
れ い わ ね ん が つ ぶ ん こ ん だ て ひ よ う

令和7年4月分献立表

久留米市教育委員会
久留米市立 小学校

今月の給食めあて

みんなで協力して準備や後片付けをしよう



給食標語

令和6年度 佳作

～こんだてひょう まいにちたのしみ わくわくメニュー～

久留米市立大城小学校 いわ本 たつき さん

じっしひ 実施日	こんだてめい 献立名		食品名とからだの中でのほたらき			エネルギー(キロカロリー)	めあて
	しゅよく 主食	おかず	おもにエネルギーのもとになる (黄色のグループ)	おもに体をつくるもとになる (赤のグループ)	おもに体の調子を整えるもとになる (緑のグループ)		
8 か (火)	むぎごはん	いそに キャベツのごまあえ	ごはん むぎ じゃがいも あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりくに だいず くわかめ あぶらあげ	にんじん こんにやく いんげん キャベツ もやし	563 20.7 16.8	たの 楽しく食べよう
9 すい (水)	ごはん	きびなごのスパイシーあげ ごぼうのきんぴら とうにゅういりみそしる ぶどうかん 【かみかみこんだて】	ごはん こむぎこ あぶら ごま さとう さつまいも	ぎゅうにゅう きびなご てんぷら だいず とうふ みそ とうにゅう かんとん	ごぼう こんにやく にんじん たまねぎ しめじ ねぎ ぶどうかじゅう	592 21.9 14.8	た よくかんで食べよう
11 きん (金)	ワンローフパン	いちごジャム チキンピーズ かいそうサラダ みかんジュース 【ファイバーこんだて】	パン いちごジャム じゃがいも さとう あぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とりくに だいず かいそう	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ きゅうり みかんジュース	597 22.5 17.9	しょくもつ 食物せんいの はたらきについて 知ろう
14 げつ (月)	ごはん	たまごやき れんこんのきんぴら けんちんじる	ごはん あぶら さとう でんぶ ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう たまご とりくに てんぷら とうふ	にんじん しいたけ ねぎ れんこん だいこん ほうれんそう こんにやく	566 21.5 18.2	すききらいをししないで のこ 残さず食べよう
15 か (火)	むぎごはん	ビーフカレー おこのみフルーツ 【1ねんせいきゅうしゅくかいし】	ごはん むぎ あぶら じゃがいも こむぎこ マーガリン	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん もも パイン	589 17.1 14.4	にゅうがくしんがく いわ 入学・進学を祝おう
16 すい (水)	しそごはん	わかめうどん やさしいため	ごはん うどん あぶら	ぎゅうにゅう わかめ とりくに かまぼこ ぶたにく ちくわ しらすばし	しそ ねぎ もやし キャベツ たまねぎ にんじん	577 22.9 12.8	あんぜん きゅうしゅく 安全に給食を じゅんぴ 準備しよう
17 もく (木)	ごはん	さばのてりやき こまつなのごまあえ みそしる りんごかん 【わしよくのひ】	ごはん さとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう さば あつあげ みそ かんてん	しょうが こまつな にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ りんごかじゅう	627 25.8 20.4	わしよく 和食の良さについて し 知ろう
18 きん (金)	ミルクねじりパン	おまめりパンネのミートソース くるめさんサラダ あまおう 【じばさんのひ】	ミルクパン マカロニ あぶら オリーブオイル	ぎゅうにゅう だいず ぎゅうにく ぶたにく まぐろ	たまねぎ にんじん パセリ トマト みずな きゅうり チンゲンサイ いちご	572 27.1 18.3	く る め 久留米でとれる た の 食べ物について し 知ろう
21 げつ (月)	チキンライス	ほしがたハンバーグ グリーンサラダ じゃがいもとベーコンのスープ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりくに ハンバーグ ベーコン	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり セロリー パセリ	590 21.8 19.2	じぶん た 自分の食べられる りょうかくにん 量を確かしよう
22 か (火)	むぎごはん	さけふりかけ にくじゃが きりぼしだいこんのわふうサラダ	ごはん むぎ あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう さけふりかけ ぎゅうにく みそ	たまねぎ にんじん いんげん こんにやく だいこん きゅうり コーン きくらげ	610 19.7 18.5	ただ てあ 正しい手洗いを し しよう
23 すい (水)	ごはん	やさしいラーメン のりサラダ ヨーグルト 【じばさんのひ】	ごはん ラーメン ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ のり ヨーグルト	キャベツ もやし たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり リーフレタス みずな コーン	583 22.2 13.5	ちざんちしょう 地産地消について し 知ろう
24 もく (木)	むぎごはん	さかなのごまソースかけ キャベツのおひたし みそしる	ごはん むぎ こむぎこ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう さわら かつおぶし とうふ あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	642 26.3 23.1	えいよう かんが 栄養を考えて た 食べよう
25 きん (金)	せわりコッペパン	ウインナー コーンソテー レンズまめのスープ オレンジ 【あさごはんのひ】	パン あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ウインナー レンズまめ ベーコン	キャベツ コーン にんじん たまねぎ セロリー パセリ オレンジ	549 24.3 21.5	かんたん じゅんぴ 簡単に準備できる あさ 朝ごはんを知ろう
28 げつ (月)	むぎごはん	さばのカレーに こまつなとエリンギのいためもの かきたまじる	ごはん むぎ さとう あぶら でんぶ	ぎゅうにゅう さば しらすばし たまご とうふ	しょうが こまつな エリンギ たまねぎ にんじん ねぎ	596 27.5 20.4	さかな えいよう 魚の栄養について し 知ろう
30 すい (水)	むぎごはん	マーボー豆腐 パンサンスー みかんジュース 【ちゅうごくのりょうり】	ごはん むぎ あぶら さとう でんぶ はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ ハム	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ しょうが にんにく コーン きゅうり キャベツ みかんかじゅう	690 26.5 21.0	ちゅうごく りょうり 中国の料理に し ついて知ろう

※食物アレルギーの相談は、学校の栄養士までご相談ください。 ※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。

※各学校の行事に応じて給食が無い日があります。 ※各地区の献立表は久留米市ホームページにも掲載しております。