



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

こんけつ きゅうしよく
今月の給食めあてきょうりよく じゅんび あとかたづ
みんなで協力して準備や後片付けをしよう

給食標語

れ い わ ね ん ど か さ く
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～

く る め し り つ ぶ ん こ ん だ て ひ よ う
久留米市立大城小学校 いわ本 たつき さん

じつし 実施日	こんだてめい 献立名		食品名とからだの中でのはたらき			エネルギー(和単位) たんぱく質(グラム) 脂質(グラム)	めあて
	しゅしよく 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 (火)	むぎごはん	あつあげのちゅうかに きりぼしだいこんとひじきのマヨネーズあえ のり	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ハム ひじき のり	たまねぎ にんじん たけのこ にら しょうが きりぼしだいこん コーン	656 24.3 25.7	かいそう しゅるい 海藻の種類や はたらきについて し 知ろう
9 (水)	むぎごはん	きのこじゃがいものたまごやき きんぴらごぼう みそしる	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ごま	ぎゅうにゅう ツナ たまご チーズ あつあげ みそ わかめ	たまねぎ しめじ えのきたけ ごぼう にんじん えだまめ キャベツ ねぎ	570 20.3 16.2	しょっき ただ 食器を正しく ならべよう
11 (金)	せわり コッパン	ウインナーソーセージ キャベツのソテー レンズまめのスープ ケチャップ 【あさごはんのひ】	パン じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ソーセージ ベーコン レンズまめ	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな セロリ チンゲンサイ	556 22.6 21.2	かんたん じゅんび 簡単に準備できる あさ し 朝ごはんを知ろう
14 (月)	むぎごはん	にくじゃが きゅうりのそくせきづけ なっとう	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ちりめん わかめ なっとう	たまねぎ にんじん しらたき きゅうり	575 21.7 13.0	なっとう えいよう 納豆の栄養について し 知ろう
15 (火)	むぎごはん	やさしいラーメン だいこんサラダ りんごかん ぶりかけ 【じばさんのひ】 【1ねんせい きゅうしよくかいし】	こめ むぎ ちゅうかめん さとう あぶら ごまあぶら ごま マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうにゅう ツナ かんてん ぶりかけ	もやし キャベツ にんじん ねぎ ぜんたろうだいこん きゅうり りんごジュース りんご	588 18.7 17.3	く る め 久留米でとれる やさしい し 野菜について知ろう
16 (水)	むぎごはん	チキンカレー はりはりづけ フルーツミックス	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ さとう あぶら バター	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう こんぶ	たまねぎ にんじん にんにく りんご きりぼしだいこん みかんかん ももかん パイカン	630 17.2 16.8	たの きゅうしよく じかん 楽しい給食時間を くふう 工夫しよう
17 (木)	そばろどんぶり	かいそうサラダ けんちんじる サイダーゼリー	こめ むぎ あぶら さとう ごま ごまあぶら でんぶん ゼリー	ぎゅうにゅう たまご とりにく とうふ かいそう	たまねぎ にんじん こまつな キャベツ きゅうり コーン りんご だいこん こんにやく ごぼう ほししいたけ ねぎ	582 22.8 16.7	しょくじ 食事のあいさつ し について知ろう
18 (金)	ワンローフパン	ホキフライ フレンチサラダ やさしいスープ ちゅうのうソース みかんジュース	パン じゃがいも あぶら アーモンド	ぎゅうにゅう ホキフライ ベーコン	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ セロリ みかんジュース	639 22.6 23.3	きょうりよく 協力して じゅんび かん 準備・片づけをしよう
21 (月)	むぎごはん	おやこうどん くるめさんサラダ こまつなのぶりかけ 【じばさんのひ】	こめ むぎ かんめん でんぶん オリーブオイル ごま	ぎゅうにゅう とりにく たまご ツナ かつおぶし ちりめん	たまねぎ にんじん ねぎ チンゲンサイ みずな きゅうり こまつな	563 23.4 13.4	く る め 久留米でとれる た もの 食べ物について知ろう
22 (火)	チキンライス	こまつなとエリンギのソテー いんげんまめのポタージュ さくらゼリー 【にゅうがく・しんきゅういわい】	こめ むぎ じゃがいも ゼリー あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	にんじん こまつな みずな たまねぎ コーン エリンギ もやし にんにく	575 18.3 15.7	にゅうがく しんきゅう いわ 入学・進級を祝おう
23 (水)	むぎごはん	きびなごフライ ちりめんやさいのいためもの とうにゅういりみそしる 【かみかみこんだて】	こめ むぎ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう きびなごフライ ちりめん あつあげ みそ とうにゅう	キャベツ もやし コーン にんじん だいこん しめじ ごぼう ねぎ	566 20.2 15.8	た よくかんで食べよう
24 (木)	むぎごはん	マーボー豆腐 パンサンズウ オレンジかん 【ちゅうごくのりょうり】	こめ むぎ さとう でんぶん はるさめ あぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく だいず とうふ みそ ハム かんてん	たまねぎ にんじん しょうが にんにく にら ほししいたけ きゅうり もやし みかんジュース	619 24.8 18.0	ちゅうごく りょうり 中国の料理について し 知ろう
25 (金)	しょくパン	じゃがいものミートソース ツナサラダ スライスチーズ	パン じゃがいも あぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく だいず ツナ チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	639 30.7 25.6	しょっき あんぜん はこ 食器を安全に運ぼう
28 (月)	たけのこごはん	ひじきとこまつなのものに みそしる みかんジュース	こめ むぎ さとう じゃがいも ごま あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ひじき あぶらあげ みそ わかめ	たけのこ にんじん ほししいたけ こまつな たまねぎ キャベツ ねぎ みかんジュース	567 19.0 14.8	しゅん しよくさい あじ 旬の食材を味わおう
30 (水)	むぎごはん	さばのカレーやき ごまあえ すましじる 【わしよくのひ】	こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう さば とうふ わかめ	もやし キャベツ にんじん たまねぎ みずな えのきたけ	574 25.3 18.6	だしについて知ろう

※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。 ※材料中の太字は地場産物です。