



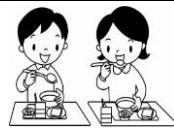
れ い わ ね ん が つ ぶ ん こ ん だ て ひ ょ う

令和7年5月分献立表

久留米市教育委員会
久留米市立 小学校

給食標語

令和6年度 佳作



～きょう食は みんなで食べると おいしいさ2倍～

久留米市立荘島小学校 大隈 りくさん

じっしび 実施日	こんだてめい 献立名		食品名とからだの中でののはたらき			エネルギー(和加印) たんぱく質(グラム) 脂質(グラム)	めあて
	しほじよ 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)		
1 （木） （月）	ごはん	じゃがいものそばろに あぶらあげとこまつなのアーモンドあえ おちゃふりかけ 【はちじゅうはちや】	ごはん おちゃふりかけ じゃがいも あぶら さとう アーモンド	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん しいたけ こまつな ご ぼう	594 20.0 16.8	しんあや 新茶について知ろう
2 （金） （月）	コッパパン	ホキのパンこやき キャベツとりんごのサラダ コーンクリームスープ こどものひゼリー 【こどものひ 5か】	パン パンこ マヨネーズ あぶら じゃがいも ゼリー	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン なま クリーム	キャベツ りんご コーン たまねぎ にん じん パセリ	596 23.8 22.1	こ 子どもの日をお祝いし よう
7 （水） （月）	むぎごはん	たまごやき キャベツとぶたにくのオイスターいため みそしる 【あさごはんのひ】	ごはん あぶら さとう でんぶ ん ごまあぶら	ぎゅうにゅう たまご ハム ぶたに く とうふ わかめ みそ こんぶ	にんじん しいたけ ねぎ たまねぎ キャ ベツ えのきたけ だいこん	584 23.5 19.8	ちやうりほう 調理方法について知 ろう
8 （木） （月）	ごはん	チキンなんばん タルタルソース ゆでキャベツ はちはいじる 【みやぎきんのりようり】	ごはん こむぎこ でんぶ ん あぶら さとう タルタルソース	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	キャベツ ごぼう にんじん えのきたけ だいこん こんにゃく ねぎ	663 21.9 27.5	みやぎきん 宮崎県の料理につい て知ろう
9 （金） （月）	コッパパン	わふうスバゲティ だいずとツナのサラダ みかんジュース	パン スバゲティ あぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン まぐろ だ いず	たまねぎ しめじ ほうれんそう にんに く キャベツ コーン にんじん みかんかじ ゅう	591 22.0 20.3	しよ 食事のマナーを守ろう
12 （月） （月）	むぎごはん	やきししゃも だいずのいそに とうにゅういりみそしる りんごかん	ごはん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ししゃも だいず ひ じき てんぶら みそ とうにゅう かんてん	にんじん いんげん こんにゃく たまねぎ しめじ ねぎ りんごかじゅう	586 22.6 15.8	てつく 手作りデザートについ て知ろう
13 （火） （月）	ごはん	チャンポン ぎょうざ こまつなのおひたし 【じばさんのひ】	ごはん ちゅうかめん あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく えび かま ぼ こ ぎょうざ かつおぶし	もやし キャベツ たまねぎ にんじん ね ぎ こまつな	592 24.8 14.5	じばさん 地場産物について知 ろう
14 （水） （月）	むぎごはん	チキンカレー おこのみフルーツ	ごはん あぶら じゃがいも こむぎ こ マーガリン	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん しめじ にんにく り んご みかん もも パイン	594 16.6 15.4	じゅん すばやく準備しよう
15 （木） （月）	ごはん	さわらのでりやき ごぼうのきんぴら みそしる 【わしよくのひ】	ごはん さとう ごま あぶら じゃ がいも	ぎゅうにゅう さわら だいず あぶ らあげ みそ	しょうが ごぼう こんにゃく にんじん た まねぎ だいこん ねぎ	583 24.5 16.6	わしよ 和食のよさについて知 ろう
16 （金） （月）	しょくパン	くろまめきなこクリーム ポークビーンズ くわわかめのサラダ【ファイバーこんだて】	パン くろまめきなこクリーム じゃ がいも さとう あぶら ごま マヨ ネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず み そ くわわかめ まぐろ	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり コーン	611 25.1 28.3	しよ 食物繊維について知 ろう
19 （月） （月）	ごはん	きつねうどん ごぼうサラダ 【しよくいくのひ】	ごはん さとう うどん ごま マヨ ネーズ	ぎゅうにゅう あぶらあげ かまぼこ とりにく ひじき	にんじん たまねぎ ねぎ ごぼう コーン きゅうり	640 20.9 19.7	きれいに盛り付けよう
20 （火） （月）	ごはん	さばのみそに アーモンドあえ かきたまじる	ごはん さとう アーモンド でんぶ ん	ぎゅうにゅう さば みそ たまご とうふ	しょうが キャベツ もやし にんじん た まねぎ しめじ ねぎ	621 26.1 19.9	さかなえ 魚の栄養について知 ろう
21 （水） （月）	ごはん	おこのみやき マヨネーズ わかめスープ あじつけのり	ごはん あぶら こむぎこ マヨ ネーズ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご あ おのり かつおぶし わかめ とりに く のり	キャベツ もやし ねぎ えのきたけ にん じん たまねぎ	608 21.5 20.1	かいさん 海産物を探してみよう
22 （木） （月）	むぎごはん	きびなごのいそあげ くわわかめのカレーいため みそしる 【かみかみこんだて】	ごはん こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう きびなご あおのり くわわかめ だいず ちくわ あつあ げ あぶらあげ みそ こんぶ	にんじん だいこん たまねぎ キャベツ ねぎ	594 23.9 18.6	か よく噛んで食べよう
23 （金） （月）	はいがしよパン	じゃがいものクリームに アメリカンサラダ オレンジ	はいがしよパン あぶら じゃがいも こ むぎこ マーガリン アーモンド ポ テトチップス	ぎゅうにゅう とりにく えび なま クリーム	たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベ ツ きゅうり オレンジ	594 24.6 25.2	じゃがいもについて知 ろう
26 （月） （月）	ぎゅうごぼう ごはん	きりぼしだいこんのサラダ にらたまじる みかんジュース	ごはん あぶら さとう ごま ごま あぶら じゃがいも でんぶ ん	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ハム たま ご とうふ	ごぼう にんじん だいこん コーン たま ねぎ にら みかんかじゅう	603 20.3 16.7	す 好き嫌いをなくそう
27 （火） （月）	むぎごはん	タラのかりとうあげ ごまあえ みそしる	ごはん こむぎこ でんぶ ん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう タラ とうふ あぶらあ げ わかめ みそ	しょうが もやし コーン たまねぎ えの きたけ にんじん ねぎ	618 23.2 17.9	て きちんと手を洗おう
28 （水） （月）	ごはん	カレーマロボー わかめとツナのあえもの りんご	ごはん あぶら でんぶ ん	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく わ かめ まぐろ	たまねぎ にんじん コーン いんげん に んにく だいこん りんご	599 28.2 18.1	とうふ 豆腐について知ろう
29 （木） （月）	ごはん	ぶたにくとじゃがいものみそに だいこんとみずなのあえもの ぶどうかん 【じばさんのひ】	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあ げ みそ かんてん	しょうが たまねぎ にんじん こんにゃ く だいこん みずな ぶどうかじゅう	597 18.5 16.3	ちさん 地産地消について知 ろう
30 （金） （月）	まるドッグパン	にこみハンバーグ チキンヌードルスープ キャベツのサラダ 【アメリカのりようり】	パン さとう あぶら スバゲティ じゃがいも	ぎゅうにゅう ハンバーグ チーズ とりにく	たまねぎ キャベツ コーン にんじん セ ロリー にんにく	595 25.7 23.8	りようり アメリカの料理につい 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。