

令和7年8・9月分こんだて表【A】

学校給食実施校

城南・江南・櫛原・諏訪・明星・宮ノ陣・青陵・高牟礼

※ご飯…月・火・木・金、パン…水

久留米市教育委員会

久留米市中央学校給食共同調理場

 今月の給食めあて す きら なん た 好き嫌いなく何でも食べよう  きゅうしゅくひょうご 給食標語 れい わ ねん ど さいゆうしゅうしゅう 令和6年度 最優秀賞 え がお きゅうしゅく ～給食は みんなの笑顔が トッピング～ く る め し り つ や す た け し ょ う が り ん こ う ふ な つ た い せ い 久留米市立安武小学校 船津 太誠さん									
日付 曜日	こ ん だ て 名		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーとなる		栄養価
	主食	副食	1群 主にたんぱく質 魚・肉・豆・豆製品	2群 主にカルシウム 牛乳・小魚・海そう	3群 主にカロテン 緑黄色野菜	4群 主にビタミンC その他の野菜・果物	5群 主に炭水化物 穀類・いも類・砂糖	6群 主に脂質 油脂	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)
8月26日 (火)	ご飯	あじフライ チンゲン菜のいためもの のっぺいじる	あじフライ ぶた肉 とり肉	牛乳	チンゲン菜 人参 ねぎ	もやし 大根 ごぼう こんにゃく 干しいたけ	ご飯 里いも でん粉	油	674 25.8 19.0
27 (水)	ピタパン	チキンケバブ チーズサラダ レンズ豆のスープ みかんジュース 【トルコの料理】	とり肉 レンズ豆	牛乳 チーズ	いんげん 人参	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり みかんジュース	ピタパン	油	638 27.8 21.7
28 (木)	ご飯	高野どうふのごもくに みそしる	ぶた肉 高野どうふ 米みそ	牛乳 わかめ	人参 いんげん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ たけのこ えのきたけ	ご飯 砂糖 でん粉 じゃがいも	油	721 31.0 20.5
29 (金)	麦ご飯	ハヤシシチュー キャベツとパインのサラダ	牛肉	牛乳	人参	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり パインかん	麦ご飯 じゃがいも 砂糖	油	717 19.4 17.1
9月1日 (月)	救給カレー	卵とトマトのスープ ももゼリー 【防災の日のこんだて】	ベーコン 卵	牛乳	トマト角切りかん	玉ねぎ	救給カレー でん粉 ももゼリー	油	698 15.2 36.2
2 (火)	ご飯	照焼きハンバーグ にらともやしのいためもの けんちんじる おかかふりかけ	ミートハンバーグ ちくわ とり肉 とうふ	牛乳 おかかふりかけ	にら 人参 ねぎ	玉ねぎ もやし 大根 こんにゃく ごぼう 干しいたけ	ご飯 砂糖 でん粉	油 ごま油	687 26.9 19.9
3 (水)	キャロットパン	チキンビーンズ 久留米産サラダ 【地場産の日】	とり肉 大豆 ツナ	牛乳	人参 チンゲン菜 水菜	玉ねぎ きゅうり	キャロットパン 砂糖 じゃがいも でん粉	油	718 31.1 29.5
4 (木)	ご飯	めばるのうめに 切干大根のうまに ぶたじる	めばる 油あげ ぶた肉 米みそ	牛乳	人参 いんげん ねぎ	しょうが 梅肉 切干大根 大根 玉ねぎ ごぼう	ご飯 砂糖 じゃがいも	油	691 28.2 15.3
5 (金)	皿うどん	野菜とハムのマヨネーズ和え ごま団子 【長崎県の料理】	ぶた肉 かまぼこ プレスハム	牛乳	人参 ピーマン	キャベツ もやし 玉ねぎ きくらげ きゅうり コーン	あげめん でん粉 ごま団子	油 マヨネーズ	833 22.7 44.2
8 (月)	ご飯	夏野菜のカレー フルーツヨーグルト	とり肉	牛乳 ヨーグルト	トマト角切りかん 人参 ピーマン	玉ねぎ なす みかんかん 黄桃かん パインかん レーズン	ご飯 じゃがいも	油	712 20.0 16.6
9 (火)	ご飯	さばの塩焼き ひじきのにも みそしる 【和食の日】	さば ちくわ 油あげ 米みそ	牛乳 ひじき わかめ	人参 いんげん ねぎ	干しいたけ こんにゃく キャベツ 玉ねぎ しめじ	ご飯 砂糖	油	722 25.4 26.2
10 (水)	ワンローフパン	ほうれん草オムレツ ポテトサラダ ミルクスープ いちごジャム	ほうれん草オムレツ ツナ ベーコン 豆乳	牛乳	人参	きゅうり 玉ねぎ コーン	ワンローフパン じゃがいも いちごジャム	マヨネーズ 油	744 24.5 34.7
11 (木)	ご飯	とうふの四川風いため ワンタンスープ 【地場産の日】	ぶた肉 とうふ とり肉	牛乳	人参 ねぎ にら	玉ねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ	ご飯 砂糖 でん粉 ワンタン	油 ごま油	680 26.0 18.5
12 (金)	ご飯	とりのからあげ ごま和え みそしる	とり肉 油あげ 米みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 人参 ねぎ	キャベツ なす 玉ねぎ えのきたけ	ご飯 でん粉 砂糖	油 すりごま	724 24.8 25.3
16 (火)	ご飯	メンチカツ 小松菜のいためもの かきたまじる	メンチカツ ちくわ 卵	牛乳 わかめ	小松菜 人参 ねぎ	もやし コーン 玉ねぎ	ご飯 でん粉	油	703 22.7 21.9
17 (水)	コッペパン	大豆入りミートスパゲッティ 野菜スープ	牛肉 ぶた肉 ひきわり大豆 とり肉	牛乳	人参 トマト角切りかん	玉ねぎ キャベツ	コッペパン スパゲッティ	油	710 30.2 19.3
18 (木)	ご飯	さわらのごまみそマヨネーズ焼き おかか和え すましじる 納豆 【朝ごはんの日】	さわら 米みそ かつお節 ちくわ 納豆	牛乳	人参 水菜	キャベツ もやし コーン 玉ねぎ えのきたけ	ご飯 砂糖 ふ	すりごま マヨネーズ	714 32.1 21.2
19 (金)	もずくどんぶり	ごぼうのいために ごじる	ぶた肉 とり肉 大豆ペースト 油あげ 米みそ	牛乳 もずく	人参 ピーマン ねぎ	玉ねぎ コーン しょうが ごぼう こんにゃく	麦ご飯 砂糖 でん粉 じゃがいも	油 ごま ごま油	715 24.3 17.2
22 (月)	ご飯	肉づめいなり にびたし 村雲じる	肉づめいなり ぶた肉 油あげ 卵 とうふ	牛乳 わかめ	小松菜 人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ	ご飯 砂糖 でん粉	ごま油	716 27.3 23.9
24 (水)	ミルク コッペパン	ポテトのカレーに ツナサラダ	ベーコン ツナ	牛乳	人参 ピーマン	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり	ミルクコッペパン じゃがいも	油 マヨネーズ	694 24.5 29.4
25 (木)	かきあげうどん	野菜いため りんごゼリー	とり肉 ぶた肉	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ キャベツ 干しいたけ 野菜かきあげ	うどんめん りんごゼリー	油	659 20.7 23.6
26 (金)	チキンライス	海そうサラダ コーンクリームスープ	とり肉 ベーコン 豆乳	牛乳 海そうミックス だっし粉乳	人参	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり コーンクリームかん	ご飯 砂糖	油 すりごま ごま油	724 23.6 18.8
29 (月)	ご飯	厚あげのちゅうかに パンサンスー	ぶた肉 厚あげ プレスハム	牛乳	人参 にら	玉ねぎ たけのこ しょうが きゅうり キャベツ	ご飯 砂糖 でん粉 春雨	油 ごま油	696 29.1 20.7
30 (火)	ご飯	きびなごのスパイシーあげ くきわかめのいために 豆乳入りみそしる 【かみかみこんだて】	とり肉 ぶた肉 豆乳 米みそ	牛乳 きびなご くきわかめ	人参 ねぎ	こんにゃく たけのこ 大根 玉ねぎ	ご飯 でん粉 砂糖 じゃがいも	油	683 28.3 18.4

※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。

※材料中の太字は地場産物です。
※献立表は久留米市ホームページにも掲載しています。

※牛乳200cc1本が毎日つきます。