



れ い わ ね ん が つ ぶ ん こ ん だ て ひ ょ う

令和7年8・9月分献立表

久留米市教育委員会

久留米市立 小学校

こがけつ きやうしよく
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



きやうしよく
給食標語

れ い わ ね ん だ い さい ゆ う し ゅ う
令和6年度 最優秀賞

え が お
～給食は みんなの笑顔が トッピング～

く る め し り つ や す だ い け し ゅ う が 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

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はたらき			エネルギー(100gあたり) たんぱく質(グラム) 脂質(グラム)	めあて
	しめい 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)		
8/26 か (火)	むぎごはん	カレーマーマー ちりめんやさいのナムル	こめ むぎ あぶら でんぶ さとう ゴマあぶら	ぎゅうにゅう こうやどうふ ぶたにく ちりめん	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく もやし キャベツ コーン	573 23.9 17.4	す きら なん た 好き嫌いなく何でも食 べよう
27 すい (水)	しゃくパン	わふうきのゴンバーグ やさいソテー コーンクリームスープ	パン さとう でんぶ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン とうにゅう	しめじ えのきたけ マッシュルーム たまねぎ こまつな キャベツ にんじん コーンクリーム コーン	567 25.0 20.1	し ゅ ー 食後のあいさつの意 味を知ろう
28 もく (木)	ごはん	おじのびりからに ばいにくあえ みそしる なつとう 【あさごはんのひ】	こめ さとう	ぎゅうにゅう あじ ごんぶ わかめ みそ なつとう	もやし きゅうり ばいにく かぼちゃ たまねぎ にんじん にんにく	564 27.0 13.4	あ じ 朝ごはんにプラス1品 しよう
29 きん (金)	むぎごはん	ぶたじゃが アーモンドあえ のり	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう アーモンド	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ のり	たまねぎ にんじん しらたき いんげん キャベツ もやし	587 20.9 15.0	き ょ う り ゅ く あ ん ぜん 協力して安全に運ば う
9/1 げつ (月)	むぎごはん	チキンカレー フルーツヨーグルト 【ぼうさいのひ】	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ パター	ぎゅうにゅう とうにゅう チーズ ヨーグルト	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん パイン おうとう	637 19.5 18.4	ひ じ ょ う じ し ゅ ー 非常時の食事につい て考えよう
2 か (火)	むぎごはん	とりこんのレモンに こまつなごまいため わかめじら	こめ むぎ こむぎこ でんぶ あぶら さとう ゴマあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうにゅう ちりめん わかめ とうふ	レモンかじゅう こまつな もやし にんじん きくらげ えのきたけ たまねぎ ねぎ	581 24.2 18.3	し ん 新メニューを味わおう
3 すい (水)	こくとう コッペパン	ホキのこうそうやき キャベツとコーンのソテー とうがんのスープ	パン マヨネーズ パンこ オリブ油 あぶら でんぶ	ぎゅうにゅう ホキ たまご わかめ	パセリ こまつな キャベツ にんじん コーン とうがんに しめじ バジル	535 24.7 20.5	し ょ う かん 冬瓜の旬について知 ろう
4 もく (木)	むぎごはん	こうやどうふのちゅうがに はるさめのすもの	こめ むぎ ゴマあぶら でんぶ さとう はるさめ ごま	ぎゅうにゅう こうやどうふ ぶたにく ハム	キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ きゅうり	591 24.1 17.9	こ う や ど う ふ え い 高野豆腐の栄養につ いて知ろう
5 きん (金)	しゃくパン	なすのスパゲティミートソース パインサラダ みかんジュース	パン スパゲティ パター オリブ油 あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	なす たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり パイン みかんジュース	563 20.1 18.2	し パインについて知ろう
8 げつ (月)	ごはん	てんぷらうどん がんもととうがんにもの	こめ かんめん さとう でんぶ	ぎゅうにゅう てんぷら とうにゅう あぶらあげ がんも	たまねぎ にんじん ねぎ とうがんに えだまめ	598 25.2 16.1	て ん え い 天ぷらの栄養につい て知ろう
9 か (火)	ごはん	きびなごのあげに チンゲンサイのいためもの さつまじら みかんジュース 【じばさんのひ・かみかみこんだて】	こめ あぶら さとう さつまじら	ぎゅうにゅう きびなご とうにゅう とうふ みそ	チンゲンサイ にんじん キャベツ コーン だいこん ごぼう ねぎ みかんジュース	612 21.9 15.4	ち ぎ ん じ ょ う 地産地消のよさを知 ろう
10 すい (水)	しゃくパン	ツナサラダ かぼちゃのクリームスープ ミニアセロラゼリー	パン マヨネーズ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ツナ ベーコン チーズ とうにゅう なまクリーム	キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう たまねぎ パセリ	550 19.3 22.4	じ ょ う ず じゃうずにはさんで食 べよう
11 もく (木)	ごはん	いそに キャベツときゅうりのそくせきづけ	こめ じゃがいも あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とうにゅう だいず くきわかめ あぶらあげ ちりめん	にんじん こんにゃく キャベツ きゅうり だいこん	541 20.2 14.4	た だ 正しいしほの使い方を 意識して食べよう
12 きん (金)	ピタパン	チキンパブ グreekサラダ レンズまめのスープ 【トルコのりようり】	ピタパン オリブ油 さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とうにゅう チーズ レンズまめ ベーコン	たまねぎ にんにく レモンかじゅう キャベツ にんじん セロリ	561 27.9 23.3	し ょ う じ トルコの料理を味わ う
16 か (火)	フィッシュうどん	すきこんぶのサラダ みそしる	こめ むぎ ごま さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ツナ すきこんぶ あつあげ みそ	たまねぎ にんじん こんにゃく えのきたけ コーン キャベツ りんご	568 21.4 14.6	し フィッシュ丼につい て知ろう
17 すい (水)	ミルク コッペパン	チャンポン まごわやさいサラダ	パン ちゅうかめん あぶら ごま ポテトチップス オリブ油 さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり いか ちくわ ミックスビーンズ ちりめん ひじき	キャベツ もやし にんじん たまねぎ きくらげ ねぎ きゅうり えのきたけ えだまめ コーン レモンかじゅう	540 24.3 17.5	し ゅ ー 食後の過ごし方につ いて考えよう
18 もく (木)	きんぎょめし	けいちゃん すたてじら 【ぎふけんのりようり】	こめ さとう ゴマあぶら でんぶ じゃがいも	ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ ちりめん とうにゅう みそ だいず ぶたにく	にんじん キャベツ しめじ たまねぎ にら にんにく	550 21.9 16.6	ぎ ふ け ん 岐阜県の料理を味わ おう
19 きん (金)	ごはん	とりのからあげ きたのさんサラダ かきたまじら 【きたのしょうりくこんだて・じばさんのひ】	こめ でんぶ こむぎこ あぶら オリブ油	ぎゅうにゅう とうにゅう ツナ たまご かまぼこ とうふ	こまつな きゅうり チンゲンサイ にんじん コーン しいたけ たまねぎ ねぎ	633 27.0 24.3	き ょ う し ゅ ー リクエスト給食を たの 楽しもう
22 げつ (月)	むぎごはん	ハヤシライス あまなつサラダ	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ パター アーモンド	ぎゅうにゅう ぎゅうにく なまクリーム	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ きゅうり あまなつみかん	616 18.5 19.6	て づ く 手作りの味を味わ う
24 すい (水)	けんさんむぎ ワンローパン	チキンビーンズ フレンチサラダ なし チョコクリーム	パン じゃがいも あぶら さとう チョコクリーム	ぎゅうにゅう だいず とうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん いんげん キャベツ きゅうり コーン なし	616 24.5 23.9	き ょ う し きれいに手を洗おう
25 もく (木)	むぎごはん	さばのみそに くきわかめのいために むらくもじら 【わしよのひ】	こめ むぎ さとう ゴマあぶら ごま あぶら でんぶ	ぎゅうにゅう さば みそ くきわかめ かつおぶし たまご とうふ わかめ	しょうが たけのこ にんじん いんげん	612 26.5 20.3	し ょ う ぶ け ん 保存食について知ろう
26 きん (金)	むぎごはん	あつやきたまご ひじきのいりに ぶたじら	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご ひじき あぶらあげ だいず ぶたにく あつあげ みそ	にんじん いんげん だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ しょうが	610 23.1 19.9	し ひじきについて知ろう
29 げつ (月)	キムチごはん	きりぼしだいこんのわふうサラダ たまごスープ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご	しょうが キムチ にんじん しらたき きりぼしだいこん きゅうり コーン きくらげ たまねぎ	561 19.7 19.8	し キムチについ て知ろう
30 か (火)	むぎごはん	じゃがいものそばろに ちくさあえ おかつかりかけ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぶ あぶら ごま	ぎゅうにゅう とうにゅう かまぼこ あぶらあげ おかつかりかけ	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ いんげん こまつな もやし キャベツ	576 19.0 12.8	し ょ う ぶ け ん 食物繊維のはたらき を知ろう

※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。