

令和8年8・9月分こんだて表【B】

学校給食実施校
牟田山・良山・荒木・筑邦西・屏水・三瀬

※ご飯…月・火・水・金、パン…木

久留米市教育委員会
久留米市中央学校給食共同調理場

 す きら なん た 好き嫌いなく何でも食べよう  給食標語 令和7年度 佳作 ～きゅう食が おいしすぎて ほほえんだ～									
久留米市立津福小学校 ダンジュ 樹さん									
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 (水)	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	711 30.1 19.8
27 (木)	ピタパン	チキンパブ 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 ベーコン 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	664 27.1 25.0
28 (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	704 18.5 16.3
31 (月)	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	ご飯 砂糖 でん粉 里いも	油 ごま ごま油	676 22.7 16.3
9月1日 (火)	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 (水)	ご飯	さわらのごまみそマヨネーズ焼き 切干大根のうまに すましじる	さわら 米みそ 油あげ ちくわ	牛乳	人参 いんげん 水菜	切干大根 玉ねぎ えのきたけ	ご飯 砂糖 ふ	すりごま マヨネーズ	690 27.1 21.0
3 (木)	コッペパン	大豆入りミートスパゲッティ コールスローサラダ	ぶた肉 ひきわり大豆 プレスハム	牛乳	人参 トマト角切りかん	玉ねぎ キャベツ きゅうり レモンかじゅう りんごビュレ	コッペパン スパゲッティ 砂糖	油	716 29.3 20.9
4 (金)	ご飯	きびなごのスパイシーあげ 小松菜のいためもの のっぺいじる 【かみかみこんだて】	ベーコン とり肉	牛乳 きびなご	小松菜 人参 ねぎ	もやし コーン 大根 ごぼう こんにゃく 干しいたけ	ご飯 でん粉 じゃがいも	油	651 25.8 18.0
7 (月)	ご飯	厚あげのちゅうかに 卵スープ	牛肉 ぶた肉 厚あげ 卵	牛乳 わかめ	人参 にら ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが	ご飯 砂糖 でん粉	油	726 32.7 22.5
8 (火)	ご飯	さばの塩焼き おかか和え ぶたじる 【和食の日】	さば かつお節 ぶた肉 米みそ	牛乳	人参 ねぎ	キャベツ もやし コーン 大根 玉ねぎ ごぼう	ご飯 じゃがいも	油	757 28.6 27.4
9 (水)	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	727 20.8 39.8
10 (木)	キャラットパン	ほうれん草オムレツ もやしのソテー コーンクリームスープ	ほうれん草オムレツ ベーコン とり肉 豆乳	牛乳 だっし粉乳	小松菜 人参	もやし 玉ねぎ コーンクリームかん	キャラットパン	油	729 25.1 34.0
11 (金)	ご飯	メンチカツ うめ和え みそしる	メンチカツ プレスハム 油あげ 米みそ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	キャベツ きゅうり コーン 梅肉 レモンかじゅう なす 玉ねぎ しめじ	ご飯 砂糖	油	693 19.6 20.3
14 (月)	ご飯	めばるのうめに ひじきのにももの 豆乳入りみそしる 【朝ごはんの日】	めばる ちくわ 油あげ ぶた肉 豆乳 米みそ	牛乳 ひじき	人参 いんげん ねぎ	しょうが 梅肉 干しいたけ ごぼう こんにゃく 大根	ご飯 砂糖 里いも	油	657 27.5 14.2
15 (火)	麦ご飯	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 ももかん パインかん レーズン	麦ご飯 じゃがいも	油	738 19.7 16.5
16 (水)	ご飯	とりのからあげ キャベツとコーンのいためもの かきたまじる	とり肉 ベーコン 卵	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	キャベツ コーン 玉ねぎ	ご飯 でん粉	油	773 27.6 29.7
17 (木)	食パン	ポークビーンズ 久留米産サラダ いちごジャム 【地場産の日】	ぶた肉 大豆 ツナ	牛乳	人参 チンゲン菜 水菜	玉ねぎ きゅうり	食パン じゃがいも 砂糖 でん粉 いちごジャム	油	677 31.0 22.7
18 (金)	ご飯	照焼きハンバーグ ごま和え みそしる みかんゼリー 【中秋の名月のこんだて】	ミートハンバーグ 米みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 人参 ねぎ	玉ねぎ キャベツ えのきたけ	ご飯 砂糖 でん粉 里いも みかんゼリー	油 すりごま	719 22.0 17.6
24 (木)	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	707 25.2 30.2
25 (金)	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	675 26.1 17.7
28 (月)	ご飯	あじフライ チンゲン菜のいためもの みそしる	あじフライ ちくわ 厚あげ 米みそ	牛乳 わかめ	チンゲン菜 人参 ねぎ	もやし 玉ねぎ 大根	ご飯	油	692 26.8 19.8
29 (火)	チキンライス	海そうサラダ ミルクスープ	とり肉 ベーコン 豆乳	牛乳 海そうミックス	人参	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり	ご飯 砂糖 じゃがいも	油 すりごま ごま油	676 20.9 18.3
30 (水)	かきあげうどん	野菜いため	とり肉 ベーコン	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ 野菜かきあげ キャベツ	うどんめん	油	641 19.6 28.2

※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。