



令和8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

今月の給食めあて

すききら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

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ほたらき			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
	しやくパン 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 すい (水)	しやくパン	ツナサラダ しろいんげんのポタージュ みかんジュース	パン マヨネーズ ジャがいも あぶら	ぎゅうにゅう ツナ しろいんげん ベーコン とうにゅう	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ みかんジュース	567 22.8 19.0	て 手をきれいに洗おう
27 もく (木)	むぎごはん	ハヤシライス パインサラダ	こめ むぎ ジャがいも 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 パイン	595 17.2 18.3	きょうりょく じゅんぴ 協力して準備しよう
28 きん (金)	こくとう ロールパン	カレービーフン たまごスープ	こくとうパン ビーフン あぶら じゃがいも てんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ たまご ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン きくらげ もやし	605 21.5 19.7	すききらいなく なん 何でも食べよう
31 げつ (月)	ごはん	こうやどうふのそぼろあんかけ わかめとツナのサラダ おかかふりかけ	こめ あぶら さとう てんぷん	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく わかめ ツナ おかかふりかけ	たまねぎ にんじん しんじけ しょうが きゅうり	569 29.1 17.0	こうやどうふ 高野豆腐について し 知ろう
9/1 か (火)	きゅうきゅう カレー	ジュリアンスープ フルーツミックス アーモンド【ぼうさいのひ】	じゃがいも てんぷん アーモンド こめ あぶら	ぎゅうにゅう たまご	にんじん たまねぎ みかん パイン おうとう にんじん コーン しめじ	537 14.1 26.8	ひじょうじ 非常時の しやく かんが 食事について考えよう
2 すい (水)	ミルク コッペパン	じゃがいものトマトに かきそうら みかんジュース	ミルクパン ジャがいも あぶら さとう ゴマあぶら ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かいそう あぶらあげ	トマト たまねぎ キャベツ にんじん みかんジュース	576 21.5 16.4	えいよう トマトの栄養について し 知ろう
3 もく (木)	むぎごはん	あつやきたまご ひじきのいりに みそする なつとう【あさごはんのひ】	こめ むぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう あつやきたまご ひじき あぶらあげ だいず わかめ みそ なつとう	にんじん とうがん たまねぎ えのきたけ	581 22.7 16.3	あさ 朝ごはんに ひん プラス1品しよう
4 きん (金)	ピタパン	チキンケバブ キャベツとコーンのソテー レンズまめのスープ【トルコのりようり】	ピタパン あぶら ジャがいも	ぎゅうにゅう とりにく 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 コーン にんじん	543 26.9 20.9	りようり トルコの料理を あじ 味わおう
7 げつ (月)	フィッシュ どんぶり	なすのそぼろみそいため ワンタンスープ	こめ ごま さとう あぶら ゴマあぶら てんぷん ワンタン	ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく みそ ベーコン	たまねぎ にんじん こんにやく なす ピーマン もやし えのきたけ	567 24.1 13.9	しやく すす かつ 食後の過ごし方に し ついて知ろう
8 か (火)	むぎごはん	とうふのちゅうかに パンサンズ	こめ むぎ あぶら さとう ゴマあぶら てんぷん はるさめ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず とりにく	たまねぎ にんじん たけのこ しんじけ しょうが きくらげ いら きゅうり もやし	599 25.0 18.2	つか かいふく 疲れを回復しよう
9 すい (水)	かしわがたパン	ホキフライ コールスローサラダ クラムチャウダー	パン あぶら マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキフライ あさり ベーコン とうにゅう なまクリーム	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんじん	634 25.7 24.9	あ りようり 揚げ料理について し 知ろう
10 もく (木)	むぎごはん	なつやさいのカレー あまなつサラダ	こめ むぎ ジャがいも あぶら こむぎこ パター	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん なす ピーマン トマト にんにく りんご キャベツ きゅうり あまなつみかん	591 16.6 17.3	なつやさい た 夏野菜を食べよう
11 きん (金)	しやくパン	ペンのミートソース グリーンサラダ とうにゅうパンナコッタ	パン ペンネマカロニ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とうにゅうパンナコッタ	たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマト キャベツ きゅうり レモンかじゅう	540 21.8 18.1	し パスタについて知ろう
14 もく (月)	もずく どんぶり	ごぼうのきんぴら かきたまじる	こめ あぶら さとう てんぷん ごま ゴマあぶら	ぎゅうにゅう もずく ぶたにく たまご とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん ピーマン コーン しょうが ごぼう こんにやく えのきたけ	566 20.6 17.0	し もずくについて知ろう
15 か (火)	ごはん	さばのたつたあげ ばいにくあえ ごじる	こめ あぶら さとう ジャがいも	ぎゅうにゅう さばのたつたあげ こんぶ だいず あぶらあげ みそ	もやし きゅうり ばいにく たまねぎ にんじん ごぼう しめじ ねぎ	597 23.0 22.3	たつたあ 電田揚げについて し 知ろう
16 すい (水)	ワンローフパン	てりやきハンバーグ チンゲンサイのソテー コーンクリームスープ	パン あぶら さとう てんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう ハンバーグ とうにゅう	たまねぎ チンゲンサイ にんじん キャベツ コーン	571 23.0 20.8	しやく 食事のあいさつの いみ し 意味を知ろう
17 もく (木)	むぎごはん	ぶたじゃが わかめとツナのあえもの みかんジュース	こめ むぎ ジャがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ ツナ	たまねぎ にんじん しらすき キャベツ みかんジュース	616 21.3 12.7	きょうりょく あんぜん 協力して安全に はこ 運ぼう
18 きん (金)	ごはん	カレーやきそば きりぼしだいこんのわふうサラダ のりふりかけ	こめ スパゲティー あぶら マヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ のりふりかけ	たまねぎ キャベツ にんじん もやし ピーマン しょうが きりぼしだいこん きゅうり コーン きくらげ	614 24.8 20.1	しん 新メニューを味わおう
24 もく (木)	むぎごはん	さわらのうめみそやき おかかいため けんちんじる【わしよくのひ】	こめ むぎ さとう あぶら てんぷん	ぎゅうにゅう さわら みそ かつおぶし とうふ	ばいにく キャベツ もやし にんじん コーン こんにやく たまねぎ ごぼう しいたけ	551 23.6 15.2	ほぞんしやく 保存食について し 知ろう
25 きん (金)	ごはん	にくうどん ピーマンとちくわのいために おつきみゼリー【ちゅうしゅうのめいげつ】	こめ かんめん さとう あぶら ゼリー	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ちりめん ちくわ	たまねぎ にんじん ピーマン もやし	558 19.4 11.3	つきみ お月見について知ろう
28 げつ (月)	チキンライス	パインサラダ じゃがいもとたまごのスープ ヨーグルト	こめ あぶら ジャがいも てんぷん	ぎゅうにゅう とりにく たまご ベーコン ヨーグルト	たまねぎ にんじん コーン キャベツ きゅうり パイン	565 21.3 14.9	にほんう 日本生まれの しょうしやく 洋食について知ろう
29 か (火)	むぎごはん	ししゃもフライ にらともやしのいためもの とうにゅういりみそする【かみかみこんだて】	こめ むぎ あぶら ゴマあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ししゃもフライ とりにく あつあげ わかめ みそ とうにゅう	にら もやし にんじん ごぼう しめじ ねぎ	581 20.6 18.8	た よくかんで食べよう
30 すい (水)	しやくパン	ポテトのカレーに きたのさんサラダ なし いちごジャム【じばさんのひ】	パン ジャがいも あぶら オリーブゆ いちごジャム	ぎゅうにゅう とりにく だいず ツナ	たまねぎ にんじん ピーマン ごまつな きゅうり チンゲンサイ コーン なし	559 21.5 16.6	くる め 久留米でとれた た もの あじ 食べ物を味わおう

※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。