



れ い わ ね ん が つ ふ ん こ ん だ て ひ ょ う
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

こんげつ 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



きやうしよくひやうご
給食標語

れい わ ね んど か さ く
令和7年度 佳作

し ょ く
～きょう食が おいしすぎて ほほえんだ～

く る め し り つ ぶ ぶ ぐ しょうがっこう
久留米市立津福小学校 ダンジュ 樹さん

じ し っ び 実施日	こんだてめい 献立名		しょくひんめい な か 食品名とからだの中でのほたらき			エネルギー(＋追加)	めあて
	し ょ ぶ く 主食	お か ず	おもにエネルギーのもとになる	おもに体をつくるもとになる	おもに体の調子を整えるもとになる	たんぱく質(グラム)	
			き い ろ (黄色のグループ)	あ か (赤のグループ)	み ど り (緑のグループ)	し じ っ っ 脂質(グラム)	
26 (水)	むぎごはん	ハヤシライス おこのみフルーツ	ごはん む ぎ じゃがいも あ ぶ ら こむぎこ バ タ ー ア セ ロ ラ ジ ュ レ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	たまねぎ にんじん にんにく パ イ ン みかん も も	629 17.1 16.3	はやね・はやおき・ あさ こ ろ 朝ごはんを心がけよう
27 (木)	むぎごはん	あじのなんぶやき アーモンドあえ みそしる 【わしよくのひ】	ごはん む ぎ ごまあぶら ごま アーモンド	ぎゅうにゅう あ じ と う ふ あ ぶ ら あ げ わかめ み そ	キャベツ もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ね ぎ	586 25.7 19.9	し ょ う き た だ な ら か た 食器の正しい並べ方を し 知 ら う
28 (金)	コーンごはん	カレーやきそば わかめスープ	ごはん ス パ ゲ テ ィ あ ぶ ら ごま	ぎゅうにゅう ぶ た に く わ か め とり に く	コーン にんにく たまねぎ にんじん キャベツ もやし ト マ ト え の き た け ね ぎ	566 21.1 13.9	わかめについて学ぼう
31 (月)	けんさんむぎ しよくパン	じゃがいものトマトに くるめさんサラダ みかんジュース 【じばさんのひ】	パ ン あ ぶ ら じゃがいも さ と う オ リ ー ブ オ イ ル	ぎゅうにゅう ぶ た に く レ ン ズ ま め ま ぐ ろ	トマト たまねぎ み ず な き ゅ う り チ ン ゲ ン サ イ に ン じ ン み か ン か じ ゅ う	557 21.6 16.4	ち さ ン し ょ う 地産地消について し 知 ら う
1 (火)	むぎごはん	ドライカレー じゃがいもとたまごのスープ アーモンド 【ぼうさいのひ】	ごはん む ぎ あ ぶ ら じゃがいも で ん ぶ ン ア ー モ ン ド	ぎゅうにゅう ぶ た に く チ ー ズ た ま ご ペ ー コ ン	たまねぎ にんじん ピ ー マ ン コ ー ン セ ロ リ ー バ セ リ	591 21.7 21.0	ぼう さい ひ 防災の日について ま な 学 ば う
2 (水)	むぎごはん	たらのうめみそやき ごまあえ すまじる ヨーグルト	ごはん む ぎ さ と う ごま	ぎゅうにゅう た ら み そ と う ふ わかめ ヨ ー グ ル ト	ばい に く キャベツ もやし にんじん えのきたけ だ い こ ン ね ぎ	533 23.8 11.1	す 好 き き ら い せ ず に た 食 べ よ う
3 (木)	むぎごはん	あつやきたまご ひじきのいために とうにゅういりみそしる やきのり 【あさごはんのひ】	ごはん む ぎ ごま あ ぶ ら さ と う じゃがいも	ぎゅうにゅう あ つ や き た ま ご ひ じ き あ ぶ ら あ げ だ い ず ぶ た に く み そ と う に ゅ う の り	こんにゃく にんじん し め じ ご ぼ う ね ぎ	554 21.1 16.0	あ さ 朝ごはんをパワーアップ さ せ よ う
4 (金)	かしわがたパン	ホキフライ い っ し ょ く ち ゅ う の う ソ ー ス ゆでやさい し ょ う い ン げ ン ま め の ポ タ ー ジ ュ 【ファイバーこんだて】	パ ン あ ぶ ら じゃがいも	ぎゅうにゅう ホ キ し ょ う い ン げ ン ま め ペ ー コ ン	キャベツ き ゅ う り た ま ね ぎ に ン じ ン バ セ リ	562 23.6 21.3	し ょ く つ 食物せんいについて し 知 ら う
7 (月)	コッペパン	じゃがいもとえびのクリームに アメリカンサラダ なし 【じばさんのひ】	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 バ セ リ キャベツ き ゅ う り な し	570 23.7 22.1	い ま し ゅ ン な し た 今が旬の梨を食べよう
8 (火)	むぎごはん	さわらのにつけ おかかあえ みそしる 【わしよくのひ】	ごはん む ぎ さ と う	ぎゅうにゅう さ わ ら か つ お ぶ し あ つ あ げ わ か め み そ	しょうが キャベツ もやし にんじん レ モ ン か じ ゅ う え の き た け た ま ね ぎ ね ぎ	575 26.6 16.4	わ し ょ く み な お 和食のよさを見直そう
9 (水)	むぎごはん	チキンなんばん い っ し ょ く タ ル タ ル ソ ー ス ゆでキャベツ は ち は い じ る 【みやざきけんのりょうり】	ごはん む ぎ こ む ぎ こ で ん ぶ ン 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 ン じ ン え の き た け だ い こ ン こ ン に ゅ く ね ぎ	632 23.8 23.1	み や ざ き け ン り ょ う り 宮崎県の料理を あ じ 味 わ っ た ん
10 (木)	むぎごはん	やしきししやち なすのそぼろみそいため かきたまじる	ごはん む ぎ ごまあぶら さ と う で ん ぶ ン じゃがいも	ぎゅうにゅう し し や も ぶ た に く だ い ず み そ た ま ご と う ふ	な す た ま ね ぎ ピ ー マ ン え の き た け に ン じ ン ね ぎ	575 23.4 18.5	え い ょ う ししやもの栄養について し 知 ら う
11 (金)	チーズパン	ペンネのミートソース グリーンサラダ みかんジュース	チ ー ズ 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	たまねぎ にんじん バ セ リ ト マ ト キャベツ き ゅ う り プ ロ ッ コ リ ー み か ン か じ ゅ う	622 24.0 19.7	ペンネについて知ろう
14 (月)	しよくパン	チキンピーンズ ツナサラダ	パ ン じゃがいも さ と う あ ぶ ら マ ヨ ネ ー ズ	ぎゅうにゅう と り に く だ い ず ま ぐ ろ	たまねぎ にんじん し め じ き ゅ う り キャベツ	547 26.6 21.1	て い ね い に 手 を 洗 っ た ん
15 (火)	むぎごはん	さばのカレーに すのもの とうがんじる	ごはん む ぎ さ と う	ぎゅうにゅう さ ば わ か め つ く ね	しょうが キャベツ き ゅ う り と う がん た ま ね ぎ に ン じ ン し い た け ね ぎ	548 22.4 15.7	い ま し ゅ ン と う がん 今が旬の冬瓜を た 食 べ よ う
16 (水)	ごはん	やきラーメン くきわかめとたまごのスープ ぶどうかん	ごはん ス パ ゲ テ ィ ごまあぶら で ん ぶ ン さ と う	ぎゅうにゅう ぶ た に く く き わ か め た ま ご か ん て ん	キャベツ にんじん ね ぎ にんにく き く ら げ も や し た ま ね ぎ こ ま つ な ぶ ど う か じ ゅ う	602 20.7 16.3	た だ つ か か た はしの正しい使い方を か ん が 考 え よ う
17 (木)	むぎごはん	カレーマールボー パンサンサー	ごはん む ぎ あ ぶ ら で ん ぶ ン は る さ め ごまあぶら さ と う	ぎゅうにゅう と う ふ ぶ た に く ハ ム	たまねぎ にんじん い ン げ ン にんにく コーン き ゅ う り キャベツ	622 24.7 20.7	と う ふ え い ょ う 豆腐の栄養について し 知 ら う
18 (金)	むぎごはん	きびなごのあげに ごぼうサラダ みそしる 【かみかみこんだて】	ごはん む ぎ で ん ぶ ン こ む ぎ こ あ ぶ ら さ と う ごま マ ヨ ネ ー ズ じゃがいも	ぎゅうにゅう き び な ご ひ じ き わかめ み そ	ご ぼ う コ ー ン き ゅ う り た ま ね ぎ に ン じ ン え の き た け ね ぎ	587 17.7 18.5	よくかんで食べよう
24 (木)	ごはん	のりつくだに てんぷらうどん だ い ず ソ テ ー みかんジュース	ごはん う ど ン オ リ ー ブ オ イ ル	ぎゅうにゅう の り つ く だ に て ん ぶ ら だ い ず ペ ー コ ン	にんじん た ま ね ぎ ね ぎ コ ー ン え だ ま め み か ン か じ ゅ う	645 20.9 14.0	き れ い に 盛 り 付 け よ う
25 (金)	ごはん	ハンバーグ こ ま つ な と エ リ ン ぎ の い た め も の みそしる お つ き み デ ザ ー ト 【ちゅうしゅうのめいげつ】	ごはん あ ぶ ら ゼ ー ー	ぎゅうにゅう ハ ン バ ー グ ペ ー コ ン あ つ あ げ わ か め み そ	こ ま つ な に ン じ ン エ リ ン ぎ な す た ま ね ぎ ね ぎ	624 22.8 20.4	ち ゅ う し ゅ う め い げ つ 中秋の名月について し 知 ら う
28 (月)	ピタパン	チキンケバブ こまつなのサラダ レ ン ズ ま め の ス ー プ 【トルコのりょうり】	ピ タ パ ン あ ぶ ら マ ヨ ネ ー ズ じゃがいも	ぎゅうにゅう と り に く ま ぐ ろ レ ン ズ ま め ペ ー コ ン	にんにく た ま ね ぎ レ モ ン か じ ゅ う こ ま つ な コ ー ン に ン じ ン セ ロ リ ー バ セ リ	573 28.7 24.7	り ょ う り あ じ トルコの料理を味わおう
29 (火)	ごはん	サイコロステーキ じゃがいものからあげ コーンクリームスープ 【じばさんのひ】	ごはん あ ぶ ら じゃがいも こ む ぎ こ で ん ぶ ン	ぎゅうにゅう ぎ ゅ う に く ペ ー コ ン と う に ゅ う な ま ク リ ー ム	りんご た ま ね ぎ にんにく しょうが コーン キャベツ にんじん バ セ リ	747 26.8 31.9	は か た わ ぎ ゅ う 博多和牛について ま な 学 ば う
30 (水)	むぎごはん	なつやさいかレー おこのみフルーツ	ごはん む ぎ あ ぶ ら じゃがいも こ む ぎ こ バ タ ー ぶ ど う ゼ ー ー	ぎゅうにゅう ぶ た に く	たまねぎ にんじん な す ピ ー マ ン ト マ ト に ン に く り ん ご み か ン も も パ イ ン	605 16.7 16.3	か ん し ゃ た 感謝して食べよう

※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。