

令和8年2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

久留米市教育委員会
久留米市中央学校給食共同調理場

<div><div><div>今月の給食おいて</div><div>ちさんちしょうし 地産地消について知ろう</div></div><div></div><div><div>ぎゅうしよくひょうご 給食標語</div><div>れいわねんどかさく 令和6年度佳作</div><div>にがて ～すごいでしょ 苦手こくふく きょう食で～</div><div>く め しりつこうらうちしょうがっこう いしばし まりか 久留米市立高良内小学校 石橋 愛莉佳 さん</div></div></div>									
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)
2 (月)	ご飯	厚あげのあまからいため ちゅうかコーンスープ 【地場産の日】	ぶた肉 厚あげ ベーコン 卵	牛乳	人参 にら ねぎ	しょうが キャベツ 玉ねぎ きくらげ コーンクリームかん	ご飯 砂糖 でん粉	油	764
									31.8
									24.9
3 (火)	ご飯	いわしのかば焼き 小松菜のおひたし 豆乳入りみそしる 節分豆 【節分の日のこんだて】	いわし かつお節 ぶた肉 豆乳 米みそ 節分豆	牛乳	小松菜 人参 ねぎ	もやし 大根 ごぼう	ご飯 でん粉 砂糖 里いも	油	752
									27.4
									20.9
4 (水)	コッペパン	ホワイトシチュー 久留米産サラダ 【地場産の日】	ぶた肉 豆乳 ツナ	牛乳	人参 パセリ チンゲン菜 水菜	玉ねぎ コーン しめじ きゅうり	コッペパン 小麦粉 じゃがいも	油 マーガリン	695
									26.4
									26.0
5 (木)	みそにこみ うどん	野菜いため 大学いも 【朝ごはんの日】	とり肉 油あげ 米みそ 赤みそ ベーコン	牛乳	人参 ねぎ	大根 ごぼう しめじ 玉ねぎ キャベツ	うどんめん 砂糖 さつまいも	油 黒ごま	722
									20.3
									21.5
6 (金)	ご飯	照焼きミートボール わかめとツナのサラダ 白菜スープ	ミートボール ツナ ぶた肉	牛乳 わかめ	人参	玉ねぎ 大根 白菜	ご飯 砂糖 でん粉 春雨	油	688
									27.5
									19.3
9 (月)	ご飯	マーボー豆腐 バンサンスー ももゼリー 【中国の料理】	ぶた肉 とうふ ひきわり大豆 赤みそ プレスハム	牛乳	人参 にら	玉ねぎ しょうが にんにく きゅうり 干ししいたけ キャベツ	ご飯 砂糖 でん粉 春雨 ももゼリー	油 ごま油	699
									25.5
									17.8
10 (火)	ご飯	さわらの西京焼き ぶた肉と大根のたいたん すましじる 【京都府の料理】	さわら 米みそ ぶた肉 油あげ ちくわ	牛乳	人参 水菜	大根 枝豆 玉ねぎ えのきたけ	ご飯 砂糖 ふ	油	680
									30.0
									18.1
12 (木)	麦ご飯	ハヤシシチュー あまなつサラダ	牛肉	牛乳	人参	玉ねぎ にんにく あまなつみかんかん キャベツ きゅうり	麦ご飯 じゃがいも 砂糖	油	709
									18.6
									16.7
13 (金)	野菜 ちゃんぽん	あげぎょうざ ごぼうソテー	ぶた肉 米みそ 豆乳 ぎょうざ ベーコン	牛乳	人参 ねぎ	キャベツ もやし ごぼう	ちゃんぽんめん	油 すりごま ごま ごま油	670
									26.8
									25.1
16 (月)	親子どんぶり	にびたし ごじる	とり肉 卵 米みそ ぶた肉 油あげ 大豆ペースト	牛乳	人参 水菜 小松菜 ねぎ	玉ねぎ 干ししいたけ キャベツ	ご飯 砂糖 でん粉 じゃがいも	ごま油	771
									31.1
									23.9
17 (火)	ご飯	メンチカツ ほうれん草サラダ ワンタンスープ	メンチカツ ツナ とり肉	牛乳	ほうれん草 人参 にら	きゅうり コーン 玉ねぎ もやし キャベツ	ご飯 ワンタン	油 マヨネーズ ごま油	779
									21.8
									29.1
18 (水)	メロンパン	大豆入りミートスパゲッティ 野菜スープ	ぶた肉 とり肉 ひきわり大豆	牛乳	人参 トマト角切りかん	玉ねぎ キャベツ	メロンパン スパゲッティ	油	767
									29.0
									24.0
19 (木)	ご飯	さばのしょうがに ゆず和え ぶたじる 【和食の日】	さば ぶた肉 米みそ	牛乳	ほうれん草 人参 ねぎ	しょうが 白菜 ゆず 大根 玉ねぎ ごぼう	ご飯 砂糖 里いも	すりごま 油	773
									27.9
									28.0
20 (金)	ご飯	いそに かきたまじる しそひじきつくだに	とり肉 大豆 油あげ 卵	牛乳 くわわかめ わかめ しそひじきつくだに	人参 ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ	ご飯 じゃがいも 砂糖 でん粉	油	698
									25.6
									17.6
24 (火)	ご飯	きびなごのいそべあげ にらともやしのいためもの 村雲じる 【かみかみこんだて】	ちくわ 卵 とうふ	牛乳 きびなご 青のり わかめ	にら 人参 ねぎ	もやし 玉ねぎ	ご飯 でん粉	油 ごま油	663
									28.8
									18.7
25 (水)	食パン	トマトミートオムレツ チーズ入りブロッコリーサラダ 白いんげん豆のポタージュ はちみつマーガリン	トマトミートオムレツ プレスハム とり肉 白いんげんピューレ 豆乳	牛乳 チーズ だっし粉乳	ブロッコリー 人参 パセリ	きゅうり パインかん 玉ねぎ	食パン 砂糖 じゃがいも はちみつマーガリン	油	737
									28.7
									31.6
26 (木)	ご飯	高野豆腐のごもくに みそしる	ぶた肉 高野豆腐 油あげ 米みそ	牛乳 わかめ	人参 いんげん ねぎ	玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ キャベツ えのきたけ	ご飯 砂糖 でん粉	油	718
									31.6
									21.9
27 (金)	麦ご飯	チキンカレー フルーツヨーグルト	とり肉	牛乳 ヨーグルト	人参	玉ねぎ にんにく みかんかん 黄桃かん パインかん レーズン	麦ご飯 じゃがいも	油	762
									19.7
									18.0

※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。