



れいわねん がつぶんこんだてひょう
令和8年2月分献立表

久留米市教育委員会
久留米市立 小学校

こひづる かわすくよく
今月の給食めあて

ちさんもしょう し
地産地消について知ろう



ぎゅうしょくひょう
給食標語

れいわねんどかく
令和6年度 佳作

にがて しょく
～すごいでしょ 苦手ごくふく きゅう食で～

くろのしりつこうらうしおうがこうういしほし まきか
久留米市立高良内小学校 石橋 愛莉佳 さん

じっしご 実施日	こんだてめい 献立名		しょくひんめい 商品名とからだの中でのたらき			エネルギー(キロカロリー)	めあて
	しのじょく 主食	おかず	おもにエネルギーのもとになる きいろ (黄色のグループ)	からだ おもに体をつくるもとになる あか (赤のグループ)	からだ おもに体の調子を整えるもとになる みどり (緑のグループ)		
2 (月)	キヤロットパン	ベンネのミートソース ふゆやさしいレモンあえ フルーツミックス	キヤロットパン ベンネ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく だいす	たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマト ほれんそう だいこん コーン レモンかじゅう みかんかん ももかん パインかん	661 23.6 22.7	しょくじ まえで 食事の前は手を あら 洗おう
3 (火)	むぎごはん	いわしのかばやき かぼすあえ みそしる せつぶんまめ 【せつぶん】	こめ むぎ ごむぎこ でんぶん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう いわし かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ せつぶんまめ	だいこん とうみょう にんじん かぼすかじゅう たまねぎ しめじ ねぎ	644 23.7 19.0	せつぶん 節分について知ろう
4 (水)	むぎごはん	あつあげのあまからいため かきたまじる オレンジかん	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ たまご わかめ かんてん	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ えのきだけ みずな みかんかじゅう	615 23.6 19.7	なんた 何でも食べよう
5 (木)	むぎごはん	ビーンズカレー はくさいとりんごのサラダ	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごむぎこ バター	ぎゅうにゅう とりにく だいす だつしんにゅう	たまねぎ にんじん にんにく はくさい りんご	610 19.9 19.8	しょくじ まも 食事のマナーを守ろう
6 (金)	むぎごはん	タイピーエン ひじきサラダ ほんかん ぶりかけ 【くまもとけんのりょうり】	こめ むぎ はるさめ あぶら ごまあぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか ツナ ひじき チーズ ぶりかけ	はくさい たまねぎ にんじん しょうが きくらげ ねぎ キャベツ れんこん ほんかん	580 19.9 17.3	くまもとけん りょうり 熊本県の料理を あじ 味わおう
9 (月)	ワンローフパン	サーモンチャウダー ひきわりだいすサラダ りんご メープルマーガリン 【カナダのりょうり】	パン じゃがいも あぶら さとう メープルマーガリン	ぎゅうにゅう さけ とりにく どうにゅう だいす	にんじん たまねぎ キャベツ サラダな コーン りんご	559 25.0 20.0	りょうり カナダの料理を あじ 味わおう
10 (火)	むぎごはん	やきししゃも きんぴらごぼう ごじる 【かみかみこんだて】	こめ むぎ ごま あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ししゃも だいす あつあげ みそ	ごぼう にんじん たまねぎ ねぎ	565 22.9 16.3	かた よく噛んで食べよう
12 (木)	むぎごはん	ハヤシライス ブロッコリーのソテー りんごかん	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく なまクリーム ベーコン かんてん	たまねぎ にんじん にんにく ブロッコリー キャベツ りんごジュース	635 17.0 19.3	てづくり かんてん 手作り寒天を あじ 味わおう
13 (金)	むぎごはん	にこみうどん ほれんそうのあえもの ほんかんのり 【あさごはんのひ】	こめ むぎ かんめん マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく みそ ツナ のり	たまねぎ にんじん しめじ はくさい ねぎ ほれんそう コーン ほんかん	614 23.1 15.3	あさ 朝ごはんに麺料理を とい 取り入れよう
16 (月)	けんさんむぎ しょくパン	きのことじやがいものオムレツ くるめさんサラダ コーンクリームスープ 【じばさんのひ】	けんさんむぎパン じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう たまご チーズ ツナ ベーコン しろいんげんまめ どうにゅう なまクリーム	たまねぎ しめじ えのきだけ チングンサイ みずな サラダな にんじん コーンクリーム	584 24.2 22.8	くるめ 久留米でとれる やさい あじ 野菜を味わおう
17 (火)	むぎごはん	ヒレカツまたはアジフライ キャベツとコーンのいためもの のべいじる ちゅうのうソース 【セレクトきゅうしょく】	こめ むぎ あぶら さといも でんぶん	ぎゅうにゅう ヒレカツ アジフライ	キャベツ コーン だいこん にんじん えのきだけ こんにゃく ほししいたけ ねぎ	542 17.7 14.9	きゅうしょく セレクト給食を たの 楽しもう
18 (水)	ぶたキムチ どんぶり	きりぼしだいこんととうみょうのごまやあえ たまごスープ	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま マヨネーズ でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ たまご わかめ	キム こまつな しょうが きりぼしだいこん とうみょう にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ	568 20.9 20.8	じょうず まつ 上手に盛り付けよう
19 (木)	むぎごはん	みそおでん アーモンドあえ りんご	こめ むぎ さといも あぶら さとう アーモンド	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ みそ	こんにゃく だいこん にんじん こまつな もやし りんご	579 20.4 17.2	えいよう りんごの栄養について し 知ろう
20 (金)	むぎごはん	さわらのさけかすやき だいこんとみずなあえもの こんさいごまじる	こめ むぎ さとう ごまあぶら じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう さわら みそ ちりめん とりにく あぶらあげ	だいこん みずな れんこん ごぼう にんじん ねぎ	615 26.3 17.9	さけ 酒かすについて知ろう
24 (火)	むぎごはん	ユーリンチ もやしとうみょうのいためもの ワンタンスープ	こめ むぎ ごむぎこ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら ワンタン	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ	ねぎ しょうが にんにく もやし とうみょう たまねぎ にんじん チングンサイ	660 25.2 23.6	こころ しょくじ 心をこめて食事の あいさつをしよう
25 (水)	むぎごはん	さばのつけ くるめやさいのすみそあえ けんちんじる 【じばさんのひ】【わしょくのひ】	こめ むぎ さとう あぶら でんぶん	ぎゅうにゅう さば ちくわ みそ とうふ	しょうが こまつな チングンサイ にんじん だいこん こんにゃく ごぼう ほししいたけ みずな	518 25.2 12.7	じょうず つか はしを上手に使おう
26 (木)	むぎごはん	いそに ごまあえ ひじきのふりかけ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく だいす くきわかめ あぶらあげ ひじき	にんじん こんにゃく もやし キャベツ しそ	567 19.7 15.6	きょうりょく じゅんび 協力して準備・ かたづ 片付けをしよう
27 (金)	むぎごはん	えびととうふのちゅうかに ほれんそうのナムル あさりのつくだに	こめ むぎ あぶら ごまあぶら でんぶん さとう ごま	ぎゅうにゅう えび とうふ あさり	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ しょうが にんにく ほれんそう もやし	554 25.5 15.1	えいよう あさりの栄養について し 知ろう

※食事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本が毎日できます。※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。

かくくつこう ぎょうじ おう きゅうしょく な ひ かくちく こひづるひょう く る め し けいさい ざいりんじゅう ふ とじ じばさんぶつ
※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。