



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

こんづくきゅうじよく  
今月の給食めあて

ちさんちしょう  
地産地消について知ろう



きゅうしおくひょう

れいわねんどかさく  
令和6年度 佳作

にがて しょく  
～すごいでしょ 苦手こくふく きゅう食で～

くるめしりつこう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

じつしひ 実施日	こんだてめい 献立名		なま 食品名とからだの中でのはたらき			エネルギー(扣加り)	めあて
	じゆしき 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)		
2 (月)	ぶたキムチ どんぶり	れんこんのきんぴら むらくもじる	ごはん あぶら さとう でんぶん ごま ジャガイモ	ぎゅうにゅう ぶたにく てんぶら たまご わかめ	キムチ たまねぎ にんじん こんにゃく れんこん いんげん ねぎ	606 22.2 18.3	じょうず もつ 上手に盛り付けよう
3 (火)	むぎごはん	いわしのみぞれに おにかまぼこ かばすあえみそしる せつぶんまめ【せつぶん】	ごはん むぎ さとう	ぎゅうにゅう いわし かまぼこ あつあげ わかめ みそ だいす ねぎ	はくさい にんじん コーン かばすかじゅう たまねぎ えのきだけ ねぎ	620 23.6 21.4	せつぶん し 節分について知ろう
4 (水)	たかなめし	タイピーエン ひじきサラダ ポンカン 【くまもとけんのりょうり】	ごはん あぶら ごま はるさめ ごまあぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか ひじき まぐろ	たかな はくさい もやし にんにく しょうが たまねぎ にんじん くらげ ねぎ みずな キャベツ ポンカン	577 19.8 20.2	くまもとけん りょうり 熊本県の料理を あじ 味わおう
5 (木)	むぎごはん	みそでん すきこんぶのサラダ	ごはん むぎ さといも さとう ごま あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ てんぶら あつあげ みそ こんぶ	こんにゃく だいこん にんじん キャベツ えのきだけ コーン りんご	577 21.5 16.5	こんぶ えいよう すきこんぶの栄養に し について知ろう
6 (金)	コッペパン	ポークピーンズ アメリカンサラダ りんごかん	パン ジャガイも さとう あぶら アーモンド ポテトチップス	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす かんてん	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ りんごかじゅう	573 23.0 21.8	きょうりょく ジュンビ 協力して準備しよう
9 (月)	むぎごはん	さばのつけ くるめさんやさいのすみそあえ かきたまじる【じばさんのひ】	ごはん むぎ さとう じゃがいも でんぶん	ぎゅうにゅう さば ちくわ みそ たまご とうふ	しょうが こまつな チングンサイ にんじん たまねぎ ねぎ	585 24.8 17.4	くるめさん やさい 久留米産の野菜に し について知ろう
10 (火)	ごはん	にこみうどん ほうれんそうのあえもの あじつけのり【あさごはんのひ】	ごはん うどん マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ まぐろ のり	たまねぎ にんじん しめじ はくさい ねぎ ほうれんそう だいこん コーン	623 23.6 16.7	あさ 朝ごはんを食べよう
12 (木)	むぎごはん	ビーンズカレー フルーツヨーグルト 【レトルトカレーのひ】	ごはん むぎ あぶら ジャガイも こむぎ マーガリン	ぎゅうにゅう とりにく だいす ヨーグルト	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん もも パイン	637 21.0 18.9	てづくり 手作りルウのカレーを あじ 味わおう
13 (金)	しょくパン	メープルふうシロップ & マーガリン サーモンチャウダー グリーンサラダ エクレア【カナダのりょうり】	パン ジャガイも あぶら さとう メープルふうシロップ & マーガリン エクレア	ぎゅうにゅう さけ とりにく なまクリーム	たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ ブロッコリー	598 23.0 26.8	りょうり カナダの料理を あじ 味わおう
16 (月)	むぎごはん	ひじきのたまごやき とうにゅういりみそしる きりぼしだいこんのうまに ぶどうかん【わしょくのひ】	ごはん むぎ あぶら さとう でんぶん さつまいも	ぎゅうにゅう たまご とりにく ひじき てんぶら あぶらあげ みそ とうにゅう かんてん	にんじん しいたけ だいこん いんげん たまねぎ キャベツ しめじ ねぎ ぶどうかじゅう	623 22.6 16.8	わしょく 和食のよさについて し 知ろう
17 (火)	ごはん	えびと豆腐のちゅうかに ちりめんとやさいのナムル オレンジ	ごはん あぶら でんぶん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう えび ぶたにく とうふ しらすぼし	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ コーン オレンジ	568 25.3 15.8	ま かぜに負けない からだ 体をつくろう
18 (水)	ごはん	みそラーメン しゅうまい キャベツのいためもの	ごはん ちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ しゅうまい ちくわ	たけのこ にんじん コーン にんにく しょうが もやし にら キャベツ しめじ	626 24.3 17.0	じょうず つか はしを上手に使おう
19 (木)	むぎごはん	さわらのさかけやすき こんさいごまじる だいこんとみずなのあえもの 【しょくいくのひ】【14か さかぐらびらき】	ごはん むぎ さとう ごまあぶら さといも ごま さかけ	ぎゅうにゅう さわら みそ しらすぼし 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	585 25.4 17.6	さかぐらびら 酒蔵開きについて し 知ろう
20 (金)	けんさんむぎ しょくパン	はくさいのクリームに ほうれんそうのツナサラダ りんご【じばさんのひ】	パン ジャガイも あぶら こむぎ マーガリン マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム とうにゅう まぐろ	はくさい たまねぎ にんじん ほうれんそう コーン りんご	584 20.2 27.7	じばさん 地場産について し 知ろう
24 (火)	ごはん	ひじきぶりかけ いそに はるさめのマヨネーズあえ 【ファイバーこんだて】	ごはん ジャガイも あぶら さとう はるさめ マヨネーズ 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 ハム ひじき	しそ にんじん こんにゃく キャベツ コーン レモンかじゅう	643 20.8 23.3	しょくもつ 食物せんいについて し 知ろう
25 (水)	むぎごはん	ユーリンチー ゆでキャベツ ワンタンスープ	ごはん むぎ こむぎ 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 ちくわ	ねぎ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ もやし えのきだけ	619 24.3 21.2	しょっき じょうず 食器を上手に なら 並べよう
26 (木)	むぎごはん	やきししゃも ひじきのいために ごじる アーモンド【かみかみこんだて】	ごはん むぎ ごま あぶら さとう じゃがいも アーモンド	ぎゅうにゅう ししゃも ひじき てんぶら とうふ あぶらあげ だいす みそ	にんじん いんげん こんにゃく ごぼう ねぎ	617 24.0 21.1	よくかんで食べよう
27 (金)	キャロットパン	おまめいりミートスパゲティ かいそうサラダ オレンジかん	キャロットパン スパゲティ あぶら さとう ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう だいす ぎゅうにく ぶたにく くきわかめ かんてん	たまねぎ にんじん トマト キャベツ コーン オレンジかじゅう みかん	628 24.1 22.8	て あら ていねいに手を洗おう

しょくもつ そだん がっこう えいようし そだん ぎゅうにゅう ぼん まいにち にゅうか つごう こんだておよ ざいりょう いちぶ へんこう  
※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。

かくがっこう ぎょうじ おう きゅうしょく な ひ かくちく こんだてひょう く る め し けいさい  
※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。