



こんげつ きゅうしょく
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

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
田主丸学校給食共同調理場



きゅうしょくひょうご
給食標語

れいわねんどかさく
令和6年度 佳作

にがて

～すごいでしょ 苦手ごくふく きゅう食で～

くろめしりつこうちしょがっこう 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

日付 曜日	献立名	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	
		主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのものになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
2 (月)	むぎごはん いわしのうめにごまあえ だいこんのみそしる せつぶんまめ【せつぶんこんだて】	いわし みそ あぶらあげ ふくまめ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな★ にんじん★ ねぎ★	もやし だいこん えのきだけ たまねぎ	こめ★ まるむぎ ねりごま ごま		592 23.1 18.3	
3 (火)	キャロットパン スパゲティミートソース ほうれんそうのサラダ ぽんかん	ぎゅうにく ふたにく だいす ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん★トマト ほうれんそう★	たまねぎ しめじ コーン ポンカン	キャロットパン スパゲティ	あぶら ノンエッグハーフ	656 25.4 24.3	
4 (水)	むぎごはん ユーリンチーニラともやしのいためもの ワンタンスープ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	ねぎ★ニラ★ にんじん★	しょうが にんにく もやし ほくさい★たまねぎ ほししいたけ きくらげ	こめ★ まるむぎ でんぶん さとう ワンタン	あぶら ごまあぶら	646 24.2 23.2	
5 (木)	むぎごはん やきししゃも きりばししたいこんのいために さといのみそしる なつとう	てんぶら あぶらあげ みそ なつとう	ぎゅうにゅう ししゃも わかめ	にんじん★	きりばししたいこん ほししいたけ ほくさい★ えのきだけ	こめ★ まるむぎ さとう さといも	あぶら	583 23.1 15.7	
6 (金)	むぎごはん ビーンズカレー キャベツとりんごのサラダ ヨーグルト	ふたにく だいす	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト だっしゅんにゅう	にんじん★	たまねぎ にんにく りんご キャベツ★	こめ★ まるむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら バター	661 23.6 19.9	
9 (月)	むぎごはん だいすのいそにきりばししたいこんのごまマヨあえ ひじきふりかけ【ファイバーこんだて】	とりにく だいす★ あぶらあげ ツナ	ぎゅうにゅう くきわかめ ひじきふりかけ	にんじん★ チンゲンサイ★	こんにゃく ごぼう きりばししたいこん	こめ★ まるむぎ じゃがいも さとう ごま	あぶら ノンエッグハーフ ごま	599 21.1 17.2	
10 (火)	せわりコッペパン しろみさかなのフライ キャベツのサラダ コーンクリームスープ ちゅうのうソース 【てあらいこんだて】	ほきフライ ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん★パセリ★	キャベツ★ きゅうり★ レシンかいしゅう たまねぎ コーンクリーム	パン じゃがいも	あぶら	571 23.2 20.0	
12 (木)	むぎごはん みそおでん キャベツのしおこんぶあえ あさりのつくだに おこめでとうにゅうプリンタルト	とりにく あつあげ みそ かつあぶし あさり	ぎゅうにゅう しおこんぶ	にんじん★みずな★	こんにゃく だいこん キャベツ★ しょうが	こめ★ まるむぎ さといも さとう タルト	ごまあぶら ごま	702 24.1 24.1	
13 (金)	むぎごはん くきわかめのカムカムそぼろどんぶり けんさんやさいのたまごやき ぶたじる 【かみかみこんだて】	とりにく ぶたにく たまごやき みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん★ねぎ★	れんこん ごぼう ほくさい★しょうが	こめ★ まるむぎ さとう じゃがいも	あぶら	571 20.4 17.0	
16 (月)	たかなライス れんこんサラダ タイピーエン さつまポテト【くまもとけんのりょうり】	ぶたにく えび	ぎゅうにゅう	たかなづけ ほうれんそう★ にんじん★	コーン れんこん キャベツ★ ほくさい★ たまねぎ しょうが きくらげ	こめ★ さとう はるさめ さつまポテト	あぶら ごま ごまあぶら	557 18.6 14.2	
17 (火)	ミルクコッペパン チキンピーンズ アーモンドサラダ りんご	とりにく だいす★ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん★さやいんげん トマト	たまねぎ キャベツ★ きゅうり★ レモンかじゅう りんご	ミルクパン じゃがいも さとう アーモンド	あぶら	595 25.6 20.3	
18 (水)	むぎごはん みそにこみうどん ブロッコリーのサラダ しそこんぶりかけ【あさごはんのひ】	とりにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん★ねぎ★ ブロッコリー★	たまねぎ しめじ ほくさい★コーン キャベツ★	こめ★ まるむぎ うどん さとう	あぶら ふりかけ	545 18.1 10.9	
19 (木)	むぎごはん カレーマーボー くるめさんサラダ【じばさんのひ】	ぶたにく だいす とうふ ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん★ニラ★ みずな★ チンゲンサイ★	たまねぎ コーン にんにく きくらげ★	こめ★ まるむぎ さとう でんぶん	あぶら オリーブオイル	558 21.8 15.4	
20 (金)	むぎごはん さわらのさいきょうやき のりあえ とりだんごのみぞれじる【わしょくのひ】	さわら みそ つくね	ぎゅうにゅう もみのり	ほうれんそう★にんじん★ ねぎ★	しょうが もやし だいこん たまねぎ しめじ	こめ★ まるむぎ さとう	ごまあぶら	571 25.1 16.4	
24 (火)	ワンローフパン サーモンシチュー パインサラダ メープルマーガリン【カナダのりょうり】	さけ とりにく しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム	にんじん★さやいんげん	たまねぎ コーン パイン キャベツ★ きゅうり★	パン じゃがいも こむぎこ さとう メープルシロップ	あぶら バター マーガリン	608 22.4 24.3	
25 (水)	むぎごはん きびごはんのあげにだいすのゴマネーズあえ かきたまじる ミニようなしじерь【じばさんのひ】	だいす かまぼこ たまご	ぎゅうにゅう きびご わかめ	にんじん★みずな★	しょうが きゅうり★ たまねぎ ほししいたけ	こめ★ まるむぎ でんぶん さとう ようなしじерь	あぶら ごま ねりごま ノンエッグハーフ	619 23.4 20.5	
26 (木)	むぎごはん とりすきやき こまつなサラダ	とりにく やきとうふ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん★ねぎ★ こまつな★	こんにゃく ほくさい★ ほししいたけ えのきだけ もやし コーン レモンかじゅう	こめ★ まるむぎ マロニー さとう	あぶら	555 20.9 15.4	
27 (金)	むぎごはん さばのカレーやき ひじきのにもの じゃがいものみそしる	さば てんぶら だいす みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	にんじん★さやいんげん ねぎ★	こんにゃく たまねぎ えのきだけ	こめ★ まるむぎ さとう じゃがいも	あぶら	624 21.9 22.5	

※食物アレルギーの相談は、担任の先生までご相談ください。※牛乳200cc1本が毎日されます。※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 さいようちゅう じ ば きん ふ

※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★は地場産物です。