

令和8年4月分こんだて表【A】

学校給食実施校

城南・江南・榑原・諏訪・明星・宮ノ陣・青陵・高牟礼

※ご飯…月・火・木・金、パン…水

久留米市教育委員会

久留米市中央学校給食共同調理場



みんなで協力して準備や後片付けをしよう

給食標語 令和7年度 佳作



～こんだて表 今日、何かなと 胸はずむ～

久留米市立城島小学校 鬼木 凌我さん

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)
8 (水)	コッパン	ハヤシチュー キャベツとパインのサラダ	牛肉	牛乳	人参	玉ねぎ んにく キャベツ きゅうり パインかん	コッパン じゃがいも 砂糖	油	674 22.7 21.2
10 (金)	ご飯	さわらのからあげごまソースかけ きんぴらごぼう 豆乳入りみそしる	さわら とり肉 ぶた肉 豆乳 米みそ	牛乳	人参 いんげん ねぎ	ごぼう 大根	ご飯 でん粉 砂糖 里いも	油 すりごま ごま油	765 28.4 23.9
13 (月)	ご飯	厚あげのちゅうかに パンサンスー おかかふりかけ 【地場産の日】	ぶた肉 厚あげ プレスハム	牛乳 おかかふりかけ	人参 いら	玉ねぎ たけのこ しょうが きゅうり キャベツ	ご飯 砂糖 でん粉 春雨	油 ごま油	704 29.8 20.8
14 (火)	ご飯	肉づめいなり 小松菜のいためもの かきたまじる	肉づめいなり ぶた肉 卵	牛乳 わかめ	小松菜 人参 ねぎ	もやし コーン 玉ねぎ	ご飯 砂糖 でん粉	油	668 24.4 20.2
15 (水)	黒糖食パン	パンネのミートソース 野菜スープ	牛肉 ぶた肉 ひきわり大豆 とり肉	牛乳	人参	玉ねぎ キャベツ	黒糖食パン パンネ	油	694 28.6 18.5
16 (木)	赤飯	とりのからあげ 海そうサラダ みそしる ももゼリー 一食ごま塩 【入学・進級お祝いのこんだて】	とり肉 油あげ 米みそ	牛乳 海そうミックス わかめ	人参 ねぎ	キャベツ きゅうり 大根 えのきたけ 玉ねぎ	赤飯 でん粉 砂糖 ももゼリー	油 すりごま ごま油 ごま塩	791 27.3 26.8
17 (金)	ご飯	ぶたじゃが 大豆とツナのサラダ	ぶた肉 ツナ 大豆	牛乳	人参 いんげん	玉ねぎ しらたき キャベツ きゅうり	ご飯 じゃがいも 砂糖	油 すりごま マヨネーズ	715 23.4 20.8
20 (月)	ご飯	きびなごのカレーあげ ひじきのいために ごじる 【かみかみこんだて】	ぶた肉 大豆ペースト 油あげ 米みそ	牛乳 きびなご ひじき	人参 いんげん ねぎ	こんにゃく 干しいたけ 玉ねぎ	ご飯 でん粉 砂糖 里いも	油 ごま	700 27.4 19.4
21 (火)	ご飯	高野豆腐のそぼろに 村雲じる	高野豆腐 ぶた肉 卵 とうふ	牛乳 わかめ	人参 いんげん ねぎ	玉ねぎ コーン	ご飯 砂糖 でん粉	油	715 31.5 21.9
22 (水)	背割り コッパン	ウインナー 久留米産サラダ 白いんげん豆のポタージュ 一食ケチャップ&マスタード 【地場産の日・朝ごはんの日】	ウインナー ツナ とり肉 豆乳 白いんげんピューレ	牛乳 だっし粉乳	チンゲン菜 水菜 人参 パセリ	きゅうり 玉ねぎ	コッパン じゃがいも	油	703 30.0 31.8
23 (木)	たけのご飯	がんと大根のもの みそしる 【和食の日】	とり肉 油あげ がんととき 米みそ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	たけのこ 大根 干しいたけ 枝豆 キャベツ 玉ねぎ しめじ	麦ご飯 砂糖	ごま 油	740 27.7 22.2
24 (金)	かしわうどん	野菜いため 大学いも	とり肉 ぶた肉	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ キャベツ	うどんめん 砂糖 さつまいも	油 黒ごま	703 20.3 20.7
27 (月)	ご飯	さばのごまみそマヨネーズ焼き 小松菜のおひたし ずましじる	さば 米みそ かつお節 ちくわ	牛乳	小松菜 人参 水菜	もやし 玉ねぎ えのきたけ	ご飯 砂糖 ふ	すりごま マヨネーズ	737 25.5 29.3
28 (火)	ご飯	照焼きハンバーグ チンゲン菜のソテー 卵スープ	ミートハンバーグ ベーコン 卵	牛乳 わかめ	チンゲン菜 人参 ねぎ	玉ねぎ もやし コーン	ご飯 砂糖 でん粉	油	697 24.9 22.6
30 (木)	麦ご飯	ポークカレー フルーツヨーグルト	ぶた肉	牛乳 ヨーグルト	人参	玉ねぎ んにく みかんかん ももかん パインかん レーズン	麦ご飯 じゃがいも	油	763 20.3 18.1

※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。