



令和8年4月分献立表

久留米市教育委員会
久留米市立 小学校

今月の給食めあて

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、何かと胸はずむ～

久留米市立城島小学校 鬼木 凌我さん

じっしび 実施日	こんだてめい 献立名		食品名からだの中でのほたらき			エネルギー(1日あたり)	めあて
	しゅじょく 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)	おもに体をつくるのもとになる (赤のグループ)	おもに体の調子を整えるのもとになる (緑のグループ)		
8 すい (水)	むぎごはん	にくじゃが ひじきサラダ りんごかん	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ツナ ひじき チーズ かんてん	たまねぎ にんじん しらたき キャベツ りんごジュース	600 18.1 15.5	じゃがいもの栄養について知ろう
9 もく (木)	むぎごはん	やさしいラーメン ぜんたろうだいこんサラダ みかんジュース 【じばさんのひ】	こめ むぎ ちゅうかめん ごま あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ちりめん	もやし キャベツ にんじん ねぎ だいこん みずな みかんジュース	575 18.8 13.8	くるめ久留米でとれる食べ物について知ろう
13 げつ (月)	むぎごはん	あかうおのからあげごまソースかけ キャベツのあますあえ すましじる 【わしよくのひ】	こめ むぎ こむぎこ てんぷん あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう あかうお ちりめん とうふ わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ みずな えのきたけ	558 22.3 16.5	わしよくよ和食の良さについて知ろう
14 か (火)	たけのごごはん	がんとだいいこんのもの とうにゅういりみそしる みかんジュース	こめ むぎ ごま あぶら さとう てんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ がんとどき みそ とうにゅう	たけのこ にんじん ほししいたけ だいこん えだまめ たまねぎ こまつな みかんジュース	622 22.3 18.3	しゅん たけのこの旬の旬について知ろう
15 すい (水)	むぎごはん	チキンカレー フルーツミックス 【1ねんせい きゅうしょくかいし】	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ バター	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう とりにく しろいんげんまめ	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかんかん ももかん パインかん	621 18.1 16.7	たのきゅうしょくじかん楽しい給食時間を工夫しよう
16 もく (木)	むぎごはん	おやこうどん かいそうサラダ ふりかけ	こめ むぎ かんめん てんぷん ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご かいそう ふりかけ	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり りんご	561 19.8 12.3	かいそうえいよう海藻の栄養について知ろう
17 きん (金)	せわりコッペパン	ウイナーソーセージ ゆでやさしいんげんまめのポタージュ ケチャップ 【あさごはんのひ】	パン じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ソーセージ ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ	562 22.4 21.5	かんたんじゅんじゅん簡単に準備できるあさ朝ごはんを知ろう
20 げつ (月)	チキンライス	こまつなとエリンギのソテー ジュリアンスープ さくらゼリー 【にゅうがく・しんきゅういわい】	こめ むぎ あぶら てんぷん ぜりー	ぎゅうにゅう とりにく たまご	たまねぎ にんじん コーン こまつな エリンギ もやし セロリ	530 18.7 14.5	にゅうがくしんきゅういわ入学・進級を祝おう
21 か (火)	むぎごはん	マーボー豆腐 パンサンズ オレンジかん 【ちゅうごくのりょうり】	こめ むぎ あぶら さとう ごま あぶら てんぷん はるさめ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく だいず とうふ みそ ささみ かんてん	たまねぎ にんじん しょうが にんにく にら ほししいたけ きゅうり もやし みかんジュース	612 26.5 17.4	ちゅうごくりょうり中国の料理について知ろう
22 すい (水)	むぎごはん	ホキフライ グリーンサラダ きのことベーコンのミルクスープ	こめ むぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ホキフライ ベーコン とうにゅう	キャベツ きゅうり レモンかじゅう えのきたけ しめじ エリンギ たまねぎ にんじん こまつな	605 19.4 20.6	ぎゅうにゅうえいよう牛乳の栄養について知ろう
23 もく (木)	むぎごはん	あつあげのあまからいため ひじきのもの	こめ むぎ あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ひじき あぶらあげ だいず	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん にら こんにゃく	621 25.2 23.1	きょうりょくじゅんじゅん協力して、準備・片付けをしよう
24 きん (金)	けんさんむぎしょくパン	とりにくのトマトチーズやき くるめさんサラダ レンズまめのスープ 【じばさんのひ】	けんさんむぎパン オリーブオイル じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ツナ ベーコン レンズまめ	チンゲンサイ みずな きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ セロリ	613 30.2 25.1	くるめ久留米でとれるたものあじ食べ物を味わおう
27 げつ (月)	むぎごはん	きびなごのかりかりあげ きりほしだいこんとうみょうのごまマヨあえ さわにわん 【かみかみこんだて】	こめ むぎ あぶら ごま マヨネーズ てんぷん	ぎゅうにゅう きびなごフライ ツナ ぶたにく	きりほしだいこん とうみょう にんじん ごぼう たけのこ えのきたけ ほししいたけ みずな	577 20.0 19.8	よくかんで食べよう
28 か (火)	そぼろどんぶり	きゅうりとわかめのすのもの けんちんじる	こめ むぎ あぶら さとう てんぷん	ぎゅうにゅう たまご とりにく わかめ ちりめん とうふ	たまねぎ にんじん きゅうり だいこん こんにゃく ごぼう ほししいたけ ねぎ	530 24.2 15.2	じょうずも上手に盛りつけよう
30 もく (木)	むぎごはん	さばのカレーやき ごまあえ みそしる	こめ むぎ ごま さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう さば かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	こまつな もやし にんじん たまねぎ ねぎ	572 23.0 16.9	さかなじょうずた魚を上手に食べよう

※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本が毎日つきます。 ※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。

※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。