

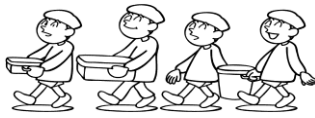


令和8年4月分献立表

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(100g) たんぱく質(グラム) 脂質(グラム)	めあて
	しゅじゅく 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)		
8 すい (水)	ねじりパン	きのことじゃがいものオムレツ やさしいソーテー コーンクリームスープ	パン ジャがいも あぶら	ぎゅうにゅう たまご ツナ チーズ ベーコン とうにゅう	えのきたけ しめじ パセリ たまねぎ こまつな キャベツ にんじん コーン コーンクリーム	530 22.7 18.7	きょうりょく 給食のめあてについて し 知ろう
9 もく (木)	ごはん	ぶたじゃが アーモンドあえ なつとう	こめ ジャがいも あぶら さとう アーモンド	ぎゅうにゅう ぶたにく なつとう	たまねぎ にんじん しらたき いんげん もやし キャベツ	601 21.9 15.4	じゃがいも えいよう の栄養につ いて知ろう
13 げつ (月)	たけのごぼはん	だいこんとがんものにももの さわにわん みかんジュース	こめ あぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ がんも ぶたにく	たけのこ にんじん しいたけ だいこん えだまめ もやし ごぼう えのきたけ みかんかじゅう	587 21.3 18.1	いぬ たけのこ 旬の旬について知ろう
14 か (火)	むぎごはん	あかうおのからあげごまソースかけ キャベツのあまぎあえ とうにゅういりみそしる 【わしよくのひ】	こめ むぎ こむぎこ あぶら ごま さとう でんぶん じゃがいも	ぎゅうにゅう あかうお ちりめん わかめ みそ とうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	577 23.2 16.3	わしよく よ 和食の良さについて し 知ろう
15 すい (水)	しよくパン	パンネのミートソース パインサラダ 【1ねんせい きゅうしよくかいし】	パン パンネマカロニ オリーブ アーモンド あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいでず チーズ	たまねぎ にんじん しめじ パセリ トマト にんにく キャベツ きゅうり パイン	591 24.3 19.7	たの きょうりょく 楽しい給食時間を工 ふ 夫しよう
16 もく (木)	むぎごはん	チキンカレー フルーツミックス	こめ むぎ ジャがいも あぶら こ むぎこ パター	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく りんご みかん パイン おうとう	614 16.9 16.8	きょうりょく じゅんぴ・かたづ 協力して準備・片付 けをしよう
17 きん (金)	むぎごはん	マーボー豆腐 ばんさんすう 【ちゅうごくのりようり】	こめ むぎ でんぶん ゴマあぶら あぶら はるさめ ごま さとう	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいでず あかみそ ハム	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にら たけのこ にんにく きゅうり もやし	597 25.1 18.5	ちゅうごく りようり 中国の料理について し 知ろう
20 げつ (月)	チキンライス	ツナサラダ レンズまめのスープ さくらゼリー 【にゅうがく・しんきゅういわい】	こめ パター あぶら マヨネーズ じゃがいも さくらゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ツナ レンズまめ ベーコン	たまねぎ にんじん コーン キャベツ きゅうり レモンじる セロリ	593 21.4 18.4	にゅうがく しんきゅう いわい 入学・進級を祝おう
21 か (火)	ごはん	おやこうどん いそサラダ みかんジュース	こめ かんめん ごま あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ かまぼこ わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり キャベツ コーン みかんかじゅう	619 21.0 14.8	かい えいよう 海そうの栄養について し 知ろう
22 すい (水)	せわり コッペパン	ウインナーソーセージ ゆでやさしい しろいんげんのポタージュ ケチャップ 【あさごはんのひ】	パン あぶら ジャがいも	ぎゅうにゅう ウインナーソーセージ しろいんげん とうにゅう	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パセリ	584 22.1 24.5	かんたん じゅんぴ あさ 簡単に準備できる朝 ごはんを知ろう
23 もく (木)	むぎごはん	きびなごのかりかりフライ きりほしだいこんのものもの ごじる 【かみかみこんだて】	こめ むぎ あぶら ゴマあぶら さ とう ジャがいも	ぎゅうにゅう きびなご あぶらあげ だいでず わかめ みそ	きりほしだいこん にんじん しいたけ こんにやく だいこん たまねぎ しめじ	593 20.1 18.0	た よくかんで食べよう
24 きん (金)	むぎごはん	あつあげのあまからいたため こまつなサラダ りんごかん 【じばさんのひ】	こめ むぎ あぶら さとう ゴマあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ひじき ツナ かんてん	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ にら こまつな コーン りんごジュース	638 24.7 21.1	こまつな し 小松菜について知ろう
27 げつ (月)	むぎごはん	さばのカレーに ひじきのゆりに けんちんじる	こめ むぎ さとう あぶら でんぶん	ぎゅうにゅう さば ひじき あぶらあげ だいでず とうふ とりにく	にんじん いんげん こんにやく だいこん しいたけ ごぼう	606 25.4 19.6	さば じょうず た 魚を上手に食べよう
28 か (火)	しそごはん	やさしいラーメン きたのさんサラダ オレンジかん 【じばさんのひ】	こめ ちゅうかめん ごま あぶら ゴマあぶら オリーブ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ツナ かんてん	しそ キャベツ もやし にんじん コーン きくらげ ねぎ こまつな きゅうり チンゲンサイ みかんかじゅう	571 20.5 15.0	くろめ た 久留米でとれる食べ 物の物について知ろう
30 もく (木)	そぼろどんぶり	きゅうりとわかめのすのもの みそしる	こめ おしむぎ さとう あぶら ごま ジャがいも	ぎゅうにゅう とりにく たまご おから わかめ ツナ あつあげ みそ	しょうが いんげん きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん	580 23.9 16.8	じょうず も 上手に盛りつけよう

※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。