

11がつの給食こんだて予定表



令和8年度　　小学校

日	こんだてめい			<きいろ> おもにエネルギーのもとになる食品	<あか> おもに体をつくるもとになる食品	<みどり> おもに体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー （キロカロリー）
	しゅしょく	牛乳	おかず				
2 月	コッペパン		コーンクリームスパゲティ だいこんのマリネ みかん	コッペパン スパゲッティ　さとう あぶら　オリーブオイル	ぎゅうにゅう ベーコン　チーズ ハム(ロース)	にんじん　たまねぎ　しめじ コーン　きゅうり　だいこん レモン　みかん	591
4 水	しょくパン		セルフサンド （ポテトサラダ、スライスチーズ） ミネストローネ	しょくパン　じゃがいも マヨネーズ　マカロニ さとう　あぶら	ぎゅうにゅう ツナ　ベーコン だいず　チーズ	キャベツ　たまねぎ コーン　にんじん パセリ　トマト	596
5 木	むぎごはん		マーボーどうふ バンバンジーサラダ	(こめ) むぎ　ごま さとう　あぶら でんぷん　ごまあぶら	ぎゅうにゅう　みそ とうふ　ぶたにく だいず　とりにく	たまねぎ　しろねぎ　しいたけ しょうが　にんにく　きゅうり もやし　にんじん	636
6 金	ごはん		きびなごのからあげ こまつなのおひたし たまねぎのみそしる	(こめ) でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう　きびなご かつおぶし　あつあげ わかめ　みそ	こまつな　もやし にんじん　たまねぎ しめじ　キャベツ	528
9 月	こくとうパン		ごもくうどん ほうれんそうのごまあえ	こくとうパン うどん　さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく　てんぷら かまぼこ	しいたけ　にんじん たまねぎ　ねぎ　ほうれんそう もやし　キャベツ	514
10 火	ごはん		【福岡県の郷土料理】 さばのぬかみそだき　にんじんきんぴら みずたきふうじる	(こめ) さとう あぶら マロニー	ぎゅうにゅう　さば ぶたにく　とりにく とうふ	しょうが　ごぼう　みずな にんじん　ピーマン はくさい　えのきたけ	622
11 水	コッペパン		きのこのシチュー ツナサラダ	コッペパン　じゃがいも マーガリン　こめこ あぶら　さとう	ぎゅうにゅう とりにく　チーズ ツナ　いんげんまめ	しめじ　エリンギ　にんじん　コーン たまねぎ　パセリ　レモン キャベツ　きゅうり　パプリカ	545
12 木	むぎごはん		ちゅうかどんぶり ピーナッツあえ	(こめ) むぎ　ピーナッツ あぶら　でんぷん さとう　ごまあぶら	ぎゅうにゅう　ぶたにく かまぼこ　てんぷら ハム(ロース)	にんじん　たまねぎ　キャベツ たけのこ　しいたけ　きくらげ チンゲンサイ　きゅうり　もやし	550
13 金	むぎごはん		【大相撲九州場所献立】 きりぼしだいこんのいために みそちゃんこなべ	(こめ) むぎ さとう　あぶら マロニー　でんぷん	ぎゅうにゅう　とりにく ぶたにく　とうふ みそ　てんぷら	きりぼしだいこん　にんじん　たまねぎ こんにゃく　いんげん　にら ごぼう　キャベツ　えのきたけ	560
16 月	けんさんこむぎパン おかがき産		ひじきとブロッコリーのサラダ ふゆやさいのとうにゅうスープ あまおういちごジャム	けんさんこむぎパン マヨネーズ　じゃがいも あぶら　いちごジャム	ぎゅうにゅう　ハム(ロース) ひじき　ベーコン とうにゅう	ブロッコリー　キャベツ にんじん　たまねぎ ほうれんそう　コーン	559
17 火	むぎごはん		こうやどうふのたまごとじ はるさめのすのもの やさいふりかけ	(こめ) むぎ　あぶら じゃがいも　さとう はるさめ　ごま	ぎゅうにゅう　とりにく こうやどうふ　たまご わかめ　かつおぶし	こんにゃく　にんじん　あかしそ たまねぎ　しめじ　しいたけ　かぼちゃ いんげん　きゅうり　あおな	594
18 水	こめこパン		ちゃんぽん はるまき ちゅうかあえ	こめこパン　ちゃんぽんめん あぶら　さとう　こむぎこ はるさめ　でんぷん　ごまあぶら	ぎゅうにゅう てんぷら　かまぼこ ぶたにく	にんじん　たまねぎ　キャベツ もやし　コーン　きくらげ きゅうり　しょうが　ねぎ	661
19 木	ごはん		【和食の日・岡垣の日給食】 さんまのみぞれに　とうみょうのいためもの さつまいものみそしる	(こめ) あぶら さつまいも　さとう でんぷん	ぎゅうにゅう　さんま ぶたにく　あぶらあげ みそ	キャベツ　たまねぎ　とうみょう にんじん　えのきたけ (かいわれだいこん)　だいこん	611
20 金	ごはん		ぎゅうどん かぼすあえ みかん	こめ さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく　ちくわ わかめ	こんにゃく　たまねぎ　しいたけ ねぎ　キャベツ　にんじん きゅうり　かぼす　みかん	554
24 火	ふきよせごはん		さわらのしおやき きんぴらごぼう すましじる	(こめ) さつまいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう　とりにく さわら　ぶたにく とうふ　かまぼこ	にんじん　れんこん　えだまめ ごぼう　こんにゃく　いんげん しいたけ　ねぎ	531
25 水	しょくパン		ポークビーンズ アーモンドサラダ チョコだいずクリーム	しょくパン　じゃがいも あぶら　アーモンド さとう　チョコだいずクリーム	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	にんじん　たまねぎ キャベツ　きゅうり レモン	635
26 木	むぎごはん		とりとやさいのうまに きゅうりとわかめのすのもの なっとう	(こめ) むぎ じゃがいも　さとう あぶら　ごま	ぎゅうにゅう　とりにく てんぷら　あつあげ わかめ　なっとう	にんじん　たまねぎ こんにゃく　いんげん きゅうり　キャベツ	621
27 金	むぎごはん		チキンカレー ハムサラダ	(こめ) むぎ　さとう じゃがいも　あぶら こむぎこ　マーガリン	ぎゅうにゅう チーズ　とりにく ハム(ロース)	にんじん　たまねぎ　パプリカ しょうが　にんにく キャベツ　きゅうり	614
30 月	よこわりまるパン		セルフフィッシュバーガー （ホキのフライ、やさいのマヨネーズあえ） たまごスープ	よこわりまるパン こむぎこ　パンこ　あぶら マヨネーズ　でんぷん	ぎゅうにゅう ホキ　ベーコン たまご	キャベツ　にんじん しめじ　たまねぎ (かいわれだいこん)	613

(　　)のついたものは、おかがきまち（またはおかがきまちしゅうへん）でつくられたものです。

※材料の都合で献立を変更することがあります。

※かまぼこなどの練り製品、ハムなどの肉加工品、マヨネーズは卵の入っていない製品を使用しています。

