

きゅうしょくこんだてよていひょう

太宰府市学校給食会

太宰府市立太宰府西小学校

令和8年4月

ひにち ようび	こんだてめい	☆	た い ない での お も な は た ら き			エネルギー(kcal)
			からだをつくるもとになる	からだのちようしを ととのえるもとになる	エネルギーのもとになる	たんぱく質(g) 脂質(g)
9 (木)	ワンローフパン とりのてりに カラフルサラダ ポテトスープ	☆	牛乳 とりにく ベーコン しろいんげんまめ	しょうが キャベツ きゅうり あかパプリカ たまねぎ とうもろこし にんじん エリンギ パセリ	パン あぶら さとう でんぷん じゃがいも	549 24.1 21.7
13 (月)	たけのこごはん たまごやき なのはなのごまみそあえ やさいつみれのすましじる	☆	牛乳 あぶらあげ たまご つみれ わかめ みそ	たけのこ にんじん レモン キャベツ えのきたけ ねぎ たまねぎ なのはな かぼちゃ ほうれんそう	こめ むぎ ごま さとう *エッグケアマヨネーズ	597 20.7 23.9
14 (火)	むぎごはん とりのうめごまあげ ケチャップポテト ピリッとしいたけとうにゅうスープ	☆	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ こめみそ とうにゅう	うめしょうが たまねぎ ピーマン ほししいたけ こまつな もやし こんにやく にんじん	こめ むぎ ごま こめこ でんぷん あぶら じゃがいも ごまあぶら	644 25.6 23.7
15 (水)	★郷土料理:熊本県 わかめむぎごはん タイピーエン やきぎょうぎ デコボン	☆	牛乳 わかめ かまぼこ ぶたにく とりにく	きくらげ たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ デコボン	こめ むぎ はるさめ ぎょうぎのかわ あぶら	542 16.3 14.5
16 (木)	★食物せんい献立 しょくパン ポークビーンズ キャベツとコーンのソテー スライスチーズ	☆	牛乳 ぶたにく だいた あかみそ チーズ	にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも さとう あぶら	565 25.2 22.2
17 (金)	★1年生給食開始日 むぎごはん チキンカレー フルーツミックス	☆	牛乳 とりにく レンズまめ しろいんげんまめ	たまねぎ にんじん にんにく みかん パイナップル もも	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ	592 16.9 14.0
20 (月)	むぎごはん だいたいりマーボーどうふ かいそうサラダ	☆	牛乳 とうふ ぶたにく だいた わかめ こんぶ かんてん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しろねぎ ほししいたけ こんにやく きゅうり レモン	こめ むぎ ごまあぶら でんぷん あぶら さとう	548 19.7 16.9
21 (火)	★かみかみ献立 むぎごはん しんじゃがいものうまに しそあえ マヨいりこ	☆	牛乳 とりにく いりこ	しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん たけのこ こんにやく キャベツ もやし あかじそ	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ごま *エッグケアマヨネーズ	540 17.4 13.5
22 (水)	★ださいふの日:姉妹都市給食(韓国) むぎごはん デジブルコギ ナムル わかめとたまごのスープ	☆	牛乳 ぶたにく わかめ たまご	たまねぎ にんじん ピーマン しろねぎ にんにく しょうが ほうれんそう だいたもやし えのきたけ ねぎ	こめ むぎ さとう あぶら ごまあぶら ごま	573 20.9 19.3
23 (木)	おたのしみこんだて	☆	牛乳 ぎゅうにく ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり とうもろこし レモン	キャロットパン スパゲティ あぶら オリーブゆ さとう	675 22.9 26.3
24 (金)	むぎごはん シラフライ こまつなのかおりあえ わかたけじる おちゃふりかけ	☆	牛乳 シラ のり わかめ とうふ かつおぶし	こまつな キャベツ たけのこ にんじん えのきたけ ねぎ おちゃのは あかじそ	こめ むぎ あぶら ごま パンこ こむぎこ	536 21.2 15.3
27 (月)	★朝ごはん献立 しそむぎごはん さばのにつけ ごまあえ あつあげのみそじる	☆	牛乳 さば あつあげ こめみそ むぎみそ	しょうが もやし きゅうり にんじん たまねぎ ねぎ しめじ キャベツ あかじそ	こめ むぎ あかじそ くろぎとう ごま さとう	661 24.0 27.0
28 (火)	えんそく					
30 (木)	ミルクしょくパン いろどりやさいのミンチカツ ピースサラダ はるキャベツのスープ	☆	牛乳 とりにく ぶたにく ベーコン しろいんげんまめ	にんじん えだまめ グリーンピース たまねぎ キャベツ セロリ パセリ とうもろこし	ミルクパン あぶら じゃがいも *エッグケアマヨネーズ	590 20.1 24.5

※13日(月)、21日(火)、30日(木)使用の『エッグケアマヨネーズ』は卵不使用のものです。

※都合により献立内容は、変更になることがあります。