



8,9 がつ の こ ん だ て ひ ょ う



令和8年度 福津市立神興小学校

に ち	よ う び	牛 乳	こんだてめい		い り こ	こ ん ぶ	しょくひん			ね つ り よ う	たんばく し つ
			しゅしよく	おかず			からだをつくる	からだのちようしをととのえる	エネルギーになる		
8 / 2 8	金	○	むぎ ごはん	まめカレー かいそうサラダ ふくじんづけ	—	—	ぶたにく ガルバンゾー ミックスビーンズ レンズまめ わかめ	たまねぎ にんじん にんにく ★キャベツ ★きゅうり えだまめ りんご コーン ふくじんづけ	こめ むぎ さとう	635	23.5
8 / 3 1	月	○	むぎ ごはん	やきにく はるさめスープ	○	—	ぶたにく こうやどうふ とびうおボール いりこ	★キャベツ にんじん にんにくのめ たまねぎ ★ピーマン しょうが にんにく ほうれんそう にんじん たけのこ しいたけ えのきたけ	こめ むぎ さとう はるさめ	591	24.5
9 / 1	火	○	しょく パン	スパゲティシシリアン フレンチサラダ	—	○	ぎゅうにく ベーコン ツナ こんぶ	にんじん ★なす トマト ★キャベツ きゅうり たまねぎ コーン	パン スパゲッティ さとう	567	26.7
2	水	○	むぎ ごはん	あじフライ うめかつおあえ なめこのみそしる	—	—	あじフライ かつおぶし あぶらあげ とうふ ★みそ	ほうれんそう もやし ★ねぎ ばいにく たまねぎ なめこ	こめ むぎ	590	22.3
3	木	○	むぎ ごはん	じゃがいものそぼろに ごぼうとひじきのサラダ	○	—	ぶたにく ツナ めひじき いりこ	にんじん しいたけ ごぼう キャベツ たまねぎ えだまめ こんにゃく コーン	こめ むぎ じゃがいも さとう	626	22.8
4	金	○	むぎ ごはん	マーボーとうがん バンサンスウ	—	—	ぶたにく とりレバー あつあげ レンズまめ ハム きんしたまご	★とうがん にんじん ★にら しょうが にんにく ★キャベツ ★きゅうり たまねぎ しいたけ	こめ むぎ さとう でんぶん マロニー	605	22.5
7	月	○	むぎ ごはん	かしわとあつあげの あまからに せんぎりだいこんと ひじきのサラダ	○	—	とりにく あつあげ めひじき いりこ	にんじん しいたけ いんげん だいこん ★きゅうり にんじん こんにゃく	こめ むぎ さとう ごま ごまあぶら	586	24.4
8	火	○	パイン コップ	ポークビーンズ イタリアンサラダ	—	○	ぶたにく とりレバー ガルバンゾー ミックスビーンズ ハム チーズ こんぶ	にんじん たまねぎ ★キャベツ ★きゅうり	パインパン じゃがいも さとう	563	22.7
9	水	○	むぎ ごはん	さんまゆずみそに もやしのおかかあえ あいしょうじる	—	—	さんまゆずみそに かつおぶし ベーコン とうふ ★みそ	にんじん ほうれんそう ★ねぎ もやし たまねぎ ごぼう	こめ むぎ さとう ★さつまいも はるさめ	639	23.4
10	木	○	むぎ ごはん	たまごやき やさいとはるさめの つるつるいため かぼちゃのみそしる	—	—	たまご かつおぶし ツナ あつあげ ★みそ	にんじん ★キャベツ にら ★かぼちゃ ねぎ えだまめ きくらげ たまねぎ	こめ むぎ はるさめ さとう	587	22.0
11	金	○	むぎ ごはん	ハヤシライス ジャーマンポテト	○	—	ぶたにく きんときまめ ベーコン いりこ	たまねぎ にんじん にんにく せんぎりだいこん マッシュルーム グリーンピース えだまめ	こめ むぎ じゃがいも	663	24.0
14	月	○	だいこん なめし	タイピーエン ごぼうサラダ	○	—	ぶたにく うずらたまご かまぼこ さつまあげ ツナ いりこ	だいこんば たまねぎ にんじん ★キャベツ きぬさや ごぼう だいこん たけのこ きくらげ	こめ むぎ はるさめ さとう	588	23.2
15	火	○	フィッシュ バーガー	しろみさかなフライ ミネストローネ キャベツソテー エッグレスタルタルソース	—	—	しろみさかなフライ ぶたにく しろいんげんまめ ベーコン	たまねぎ にんじん ★キャベツ ★セロリー トマト パセリ にんにく	パン マカロニ エッグレスタルタル ソース	588	24.7
16	水	○	むぎ ごはん	ジャージャンどうふ ちゅうかあえ	○	—	ぶたにく あつあげ いりこ	しいたけ にんじん ★キャベツ たけのこ ★ねぎ しょうが にんにく きくらげ もやし ★きゅうり	こめ むぎ さとう でんぶん	576	22.6
17	木	○	むぎ ごはん	さわらのゆうあんやき せんぎりだいこんのいために おふのすましじる	○	—	さわら とりにく とうふ いりこ	だいこん にんじん えのきたけ ★ねぎ	こめ むぎ さとう ふ	562	25.9
18	金	○	むぎ ごはん	にくじゃがカレーあじ こまつなとせんぎりだいこん のあえもの	○	—	ぎゅうにく きんときまめ ツナ いりこ	にんじん たまねぎ こまつな にんじん だいこん こんにゃく えだまめ	こめ むぎ じゃがいも さとう	579	23.4
24	木	○	ゆかり ごはん	わかめうどん やさいのたまごとじ	○	—	とりにく かまぼこ ベーコン たまごそぼろ こうやどうふ わかめ いりこ	しいたけ ★たまねぎ ★ねぎ ★にんじん しめじ ★キャベツ	こめ むぎ うどん	584	24.4
25	金	○	むぎ ごはん	さといものそぼろに チンゲンサイとツナの あえもの おつきみデザート	○	—	ぶたにく ツナ いりこ	★にんじん しいたけ チンゲンサイ ★もやし ★たまねぎ えだまめ こんにゃく	こめ むぎ さといも さとう おつきみデザート	640	24.0
28	月	○	むぎ ごはん	ぶたキムチ なすのみそしる	○	—	ぶたにく こうやどうふ あつあげ とうふ あぶらあげ いりこ ★みそ	★にんじん ★キャベツ ★にら しょうが ★なす ★ねぎ ★たまねぎ キムチ	こめ むぎ	614	25.4
29	火	○	はいが コップ	スパニッシュオムレツ やさいソテー チョルバ	—	—	たまご ツナ ぶたにく とりにく ミックスビーンズ チーズ	★トマト ★キャベツ ★たまねぎ ★にんじん ★セロリーえだまめ コーン	はいがパン ★じゃがいも さとう	612	31.0
30	水	○	むぎ ごはん	とりにくたさいのあげに ゆずあえ とうふのみそしる	—	—	とりにく だいず とうふ ★みそ わかめ	★キャベツ ★にんじん ★きゅうり ★ねぎ しょうが ★たまねぎ りんご にんにく だいこん えのきたけ	こめ むぎ ★こめこ でんぶん さとう	649	24.1

★は「ふれあい広場ふくま」「あんずの里」「福津いいざい」から地元のものを納品してもらっています。
※ 都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。

