

令和7年度
 古賀市学校給食センター ☎ 942-6155

※ 材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

日	曜	こんだて		ねつやちからになる	ちやにく、ほねになる	からだのちようしをととのえる	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
		牛乳	おかず						
1	火	○	ごはん 《旬の魚》 たちうおのフライ きりほしだいこんのあえもの 《旬のみそ汁》 かぼちゃのみそしる	こめ なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう たちうおのフライ あぶらあげ いりこ(だし) みそ	きりほしだいこん きゅうり にんじん かぼちゃ たまねぎ はねぎ	661	20.0	21.2
2	水	○	けんさんこむぎしよくパン 《アメリカの料理》 チリコンカン 《古賀市の食材》 スイーツコーンスープ	けんさんこむぎしよくパン なたねあぶら さとう ウスターソース	ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいず がら(だし)	にんにく たまねぎ トマト にんじん スイーツコーン	608	25.4	22.6
3	木	○	むぎごはん こまつないりたまごやき 《熊本県の料理》 たかないため タイビーエン	こめ むぎ ごま ごまあぶら さとう なたねあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく こまつないりたまごやき しらすぼし かまぼこ がら(だし)	たかな しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん きくらげ	604	24.0	16.5
4	金	○	ちらしずし テリやきチキン ひじきサラダ うおそうめんじる	こめ なたねあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう うおそうめん てりやきチキン ひじき とうふ かつお(だし) こんぶ(だし)	にんじん たけのこ れんこん かんぴょう しいたけ キャベツ たまねぎ オクラ はねぎ	614	20.2	17.9

7月7日(月)～23日(水)は古賀市学校給食センターの工事の為、通常給食とは異なる献立になっています。

日	曜	牛乳	こんだて	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
7	月	○	ミルクロールパン セタゼリー	681	25.4	23.1
8	火	○	【山崎製パン】ふっくらバーガー(かんじゅくトマトふうみソース&マヨネーズ)	708	17.9	33.8
9	水	○	【山崎製パン】カレーパン・ナイススティックmini			
10	木	○	やさいゼリー	593	19.1	17.1
11	金	○	はいがしよくパン きゅうきゅうコーンポタージュ ヨーグルト アップルコンポート いちごジャム	678	17.6	30.0
14	月	○	【山崎製パン】やきそばロール・ミニスナックゴールドmini	647	10.9	29.8
15	火	○	ほうれんそうムース	595	23.4	25.9
16	水	○	きゅうきゅうカレー パナナ	706	17.8	33.8
17	木	○	クロワッサン ヨーグルト	595	15.3	22.4
18	金	○	【山崎製パン】ふっくらバーガー(テリヤキソース&キャベツマヨネーズふうみ)	678	17.5	29.5
22	火	○	【山崎製パン】カレーパン・ナイススティックmini	626	10.2	26.1
23	水	○	アセロラゼリー	756	20.6	39.8
			きゅうきゅうおいしいものわふうリゾット パナナ おこめのタルト	727	14.8	37.2
			【山崎製パン】まるごとソーセージ・ナイススティックmini			
			ももゼリー			
			きゅうきゅうカレー れいとうみかん ソイジョイ			

※ 材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

日	曜	こんだて		ねつやちからになる	ちやにく、ほねになる	からだのちようしをととのえる	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
		牛乳	おかず						
26	火	○	ごはん にくやさしいため ちゅうかスープ	こめ なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ こんさいつくね がら(だし)	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ にんじん しめじ	615	23.2	16.7
27	水	○	パイパン とうふのミートソース はなやさいのサラダ	パイパン なたねあぶら さとう ハヤシルウ ウスターソース ドレッシング	ぎゅうにゅう とうふ ぶたひきにく だいず まぐろ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ りんご ブロッコリー カリフラワー きゅうり コーン トマト	627	27.1	22.8
28	木	○	ごはん いわしのうめに れんこんのいたためもの えのきとあげのみそしる	こめ なたねあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう いわしのうめに ぶたにく あぶらあげ いりこ(だし) みそ	れんこん にんじん こんにゃく たまねぎ えのき はねぎ	640	23.1	18.1
29	金	○	むぎごはん 《旬の食材》 なつやさいのカレー かいそうサラダ みかんゼリー	こめ むぎ なたねあぶら ウスターソース カレールウ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたひきにく かいそう かんてん がら(だし)	しょうが にんにく たまねぎ かぼちゃ なす ズッキーニ えだまめ りんご トマト きゅうり もやし にんじん みかんゼリー	655	18.4	15.3

※ 今月の地場産食材・・・玉ねぎ、小松菜、スイーツコーン、じゃが芋、みそ、卵、小松菜入り卵焼き、きゅうり

※ 福岡県産・・・米(元氣つくし)、牛乳、麦、県産小麦食パン、大豆、油揚げ、豆腐、葉ねぎ、ズッキーニ、マッシュルーム、しめじ



7月予定献立表 中学校



令和7年度

※ 材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

古賀市学校給食センター ☎ 942-6155

日	曜	献立名			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
		牛乳	主食	おかず	1群:たんぱく質 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群:カルシウム 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群:カロテン 緑黄色野菜	4群:ビタミンC その他の野菜・果物	5群:炭水化物 穀類・芋類・砂糖	6群:脂質 油脂			
1	火	○	ごはん 	《旬の魚》太刀魚のフライ 切り干し大根の和えもの 《旬のみそ汁》かぼちゃのみそ汁	太刀魚のフライ 油揚げ みそ	牛乳 いりこ(だし)	人参 かぼちゃ 葉ねぎ	切り干し大根 きゅうり 玉ねぎ	米 砂糖	菜種油	737	21.5	21.8
2	水	○	県産小麦食パン 	《アメリカの料理》チリコンカン 《古賀市の食材》 スイーツコーンスープ	豚挽き肉 大豆 がら(だし)	牛乳	トマト 人参	にんにく 玉ねぎ スイーツコーン	県産小麦食パン 砂糖	菜種油 ウスターソース	735	30.1	26.2
3	木	○	麦ごはん 	小松菜入り卵焼き 《熊本県の料理》 高菜炒め 太平燕	豚肉 小松菜入り卵焼き がら(だし)	牛乳 しらす干し かまぼこ	チンゲン菜 人参	高菜 しょうが 玉ねぎ 木耳	米 麦 砂糖 春雨	ごま ごま油 菜種油	706	28.3	18.8
4	金	○	ちらしずし 	照り焼きチキン ひじきサラダ 魚そうめん汁	魚そうめん 照り焼きチキン 豆腐 かつお(だし)	牛乳 ひじき 昆布(だし)	人参 オクラ 葉ねぎ	筍 れんこん かんぴょう しいたけ キャベツ 玉ねぎ	米 砂糖	菜種油 ノンエッグマヨネーズ	711	23.1	20.1



7月7日(月)～23日(水)は古賀市学校給食センターの工事の為、通常給食とは異なる献立になっています。



日	曜	牛乳	こんだて								熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
7	月	○	ミルクロールパン セタゼリー 【山崎製パン】ふっくらバーガー(完熟トマト風味ソース&マヨネーズ)								784	29.8	27.4
8	火	○	【山崎製パン】カレーパン・ナイススティックmini 野菜ゼリー								770	21.0	37.4
9	水	○	胚芽食パン 救給コーンポタージュ ヨーグルト アップルコンポート いちごジャム								773	25.4	25.7
10	木	○	【山崎製パン】焼きそばロール・ミニスナックゴールドmini ほうれん草ムース								740	20.7	33.6
11	金	○	救給カレー パナナ もものタルト								818	15.1	37.5
14	月	○	クロワッサン ヨーグルト 冷凍洋梨 【山崎製パン】ふっくらバーガー(テリヤキソース&キャベツマヨネーズ風味)								749	29.5	32.4
15	火	○	【山崎製パン】カレーパン・ナイススティックmini アセロラゼリー								768	20.9	37.4
16	水	○	キャラットパン 救給コーンポタージュ 豆乳プリン オレンジ ミルメーク								736	19.6	28.0
17	木	○	【山崎製パン】焼きそばロール・ミニスナックゴールドmini フルーツムース								740	20.6	33.1
18	金	○	救給おいもの和風リゾット パナナ お米のタルト								688	13.3	29.7
22	火	○	【山崎製パン】まるごとソーセージ・ナイススティックmini ももゼリー								818	23.7	43.4
23	水	○	救給カレー 冷凍みかん ソイジョイ								789	17.9	40.8



8月予定献立表 中学校

福岡県では毎年、福岡県学校給食レシピコンクールが行われています。令和6年度、古賀東中学校3年生の吉村水希さんが考えた献立が優良賞を受賞されました！25日(月)は優良賞献立です。お楽しみに☆

日	曜	献立名			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
		牛乳	主食	おかず	1群:たんぱく質 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群:カルシウム 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群:カロテン 緑黄色野菜	4群:ビタミンC その他の野菜・果物	5群:炭水化物 穀類・芋類・砂糖	6群:脂質 油脂			
25	月	○	麦ごはん 	【古賀東中作成献立】 発芽玄米入りつくね 彩りサラダ オクラとじゃが芋のみそ汁	発芽玄米入りつくね ハム みそ	牛乳 いりこ(だし)	オクラ	きゅうり コーン レモン	米 麦 でん粉 砂糖 はちみつ じゃが芋	菜種油 マスタード ノンエッグマヨネーズ	749	23.6	22.7
26	火	○	ごはん 	肉野菜炒め 中華スープ	豚肉 みそ 根菜つくね がら(だし)	牛乳	人参	しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ しめじ	米 砂糖	菜種油	713	26.6	18.6
27	水	○	パインパン 	豆腐のミートソース 花野菜のサラダ	豆腐 豚挽き肉 大豆 まぐろ	牛乳	人参 ブロッコリー トマト	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 りんご カリフラワー きゅうり コーン	パインパン 砂糖	菜種油 ハヤシルウ ウスターソース ドレッシング	719	31.0	25.8
28	木	○	ごはん 	いわしの梅煮 れんこんの炒めもの えのきと揚げのみそ汁	いわしの梅煮 豚肉 油揚げ みそ	牛乳 いりこ(だし)	人参 葉ねぎ	れんこん こんにやく 玉ねぎ えのき	米 砂糖 じゃが芋	菜種油	726	25.5	19.2
29	金	○	麦ごはん 	《旬の食材》 夏野菜のカレー 海藻サラダ みかんゼリー	豚挽き肉 がら(だし)	牛乳 海藻 寒天	かぼちゃ トマト 人参	しょうが にんにく 玉ねぎ なす ズッキーニ 枝豆 りんご きゅうり もやし みかんゼリー	米 麦 砂糖	菜種油 ウスターソース カレールウ ごま油	752	20.8	16.9

※ 今月の地場産食材・・・玉ねぎ、小松菜、スイーツコーン、じゃが芋、みそ、卵、小松菜入り卵焼き、きゅうり

※ 福岡県産・・・米(元気づくし)、牛乳、麦、県産小麦食パン、大豆、油揚げ、豆腐、葉ねぎ、ズッキーニ、マッシュルーム、しめじ