

2026年8月・9月 福岡市学校給食献立表④
[中学校(学校給食センター)]

福岡市教育委員会

日	曜	はし	牛乳	献立名	主 な 材 料						栄 養 量		
					おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
					魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油 脂			
28	金	○	○	麦ご飯 ▼姪浜味付けのり 揚げ鶏のレモン風味 中華スープ 厚揚げのオイスターソース炒め	鶏肉 豚肉 厚揚げ	牛乳 のり	人参 青ねぎ 小松菜	レモン 玉ねぎ えのきたけ たけのこ 干しいたけ しょうが にんにく	米 白麦 小麦粉 でん粉 砂糖	菜種油 ごま油	766	28.4	23.9
31	月		○	ワンローフ型食パン スライスチーズ 照り焼きハンバーグ トマトと卵のスープ 新献立 コールスロー	ポークハンバーグ 鶏肉 鶏卵	牛乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ キャベツ きゅうり	ワンローフ型 食パン 砂糖 でん粉 じゃがいも	菜種油	792	34.1	32.6
1	火		○	防災を考える献立 麦ご飯 防災対応レトルトカレー 乾缶(かんかん)サラダ 新献立 パイン＆ピーチ	ツナ油漬け	牛乳 わかめ		レトルトカレー 切干し大根 コーン パインアップル 黄桃	米 白麦 砂糖	菜種油	782	17.4	19.8
2	水		●	黒糖パン オムレツ パプリカ煮 小松菜ソテー	ブレーンオムレツ 鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 キャベツ コーン	黒糖パン 砂糖 でん粉 じゃがいも	菜種油	780	33.2	28.7
3	木	○	○	麦ご飯 さばの南蛮漬 牛肉とごぼうの炒り煮 和風あえ	さば唐揚げ 牛肉 かつお節	牛乳 わかめ	人参 ピーマン	玉ねぎ レモン こんにゃく たけのこ ごぼう キャベツ きゅうり	米 白麦 砂糖	菜種油	801	27.0	29.2
4	金	○	○	ほうれんそうパン ジャージャー麺 世界の料理(中国) チキンドレッシングサラダ ヨーグルト	豚肉 大豆 みそ チキン水煮	牛乳 ヨーグルト	人参 青ねぎ	玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり レモン	ほうれんそうパン ちゃんぽんめん 砂糖	菜種油 ごま油	762	28.4	26.2
7	月	○	○	麦ご飯 いわしの梅みそ煮 新献立 がんもどきの五目煮 ◎さっぱりあちゃら漬 郷土料理(福岡県)	いわしの梅みそ煮 鶏肉 がんもどき	牛乳 昆布	人参	こんにゃく 玉ねぎ 枝豆 しょうが きゅうり なす れんこん 切干し大根	米 白麦 じゃがいも 砂糖	菜種油 ごま油	748	28.1	19.7
8	火		●	チーズツイスト ♥かぼちゃコロッケ ミネストローネ 世界の料理(イタリア) ▼能古島産甘夏ゼリー	ベーコン	牛乳	人参 トマト	かぼちゃコロッケ 玉ねぎ キャベツ にんにく 甘夏ゼリー	チーズツイスト マカロニ じゃがいも	菜種油	796	24.3	30.8
9	水	○	○	麦ご飯 豚肉の塩だれ炒め 新献立 ♥とうがんのみそ汁 こまつナサラダ	豚肉 豆腐 油揚げ みそ ツナ油漬け	牛乳 わかめ	人参 小松菜	キャベツ 玉ねぎ もやし 根深ねぎ にんにく レモン とうがん コーン	米 白麦 砂糖 でん粉	菜種油 ごま油 マヨネーズ	750	28.3	23.5
10	木		○	▼福岡小麦の食パン いちごジャム ミートボール コーンスープ 粉ふきいも	ポークボール 鶏肉	牛乳 脱脂粉乳	人参 パセリ	玉ねぎ コーン	食パン いちごジャム 砂糖 でん粉 じゃがいも	菜種油	796	31.0	25.1
11	金	○	○	麦ご飯 レバーと大豆のから揚げ 太平燕(タイピーエン) 郷土料理(熊本県) たかなの油炒め	鶏レバーの から揚げ 大豆 豚肉 いか えび うずら卵 かつお節	牛乳 しらす干し	人参 青ねぎ たかな漬	玉ねぎ キャベツ	米 白麦 小麦粉 緑豆春雨	菜種油	736	29.8	20.0

○ 食物アレルギー等に対応する情報提供として、「使用する食材料をより詳細に記した献立表」を別途作成しています。
また、糖尿病等で食事制限を必要とされるお子様については、使用する食材料、量を表記した「基準献立表」を作成しています。
ご利用の方は、学校にお申し出ください。なお、詳細献立表につきましては、「福岡市学校給食 詳細献立表」で検索してください。
○ ♥ 季節の料理や野菜・果物 ○ ☺ 生徒が考えた献立 ○ ▼ 福岡地場産品使用献立 ○ 牛乳は○200mL ●300mLで表示しています。

今月の食材の予定産地

- 主食 麦ご飯…福岡県産
パン…カナダ産、アメリカ産、福岡県産小麦粉
○ 牛乳 九州産
○ 肉類 鶏肉、豚肉…九州産 牛肉…北海道産、九州産

○主な野菜類

種 類	主な産地	種 類	主な産地	種 類	主な産地
赤ピーマン	高知、宮崎、大分、佐賀、青森、茨城、群馬	にら	大分、熊本、宮崎	人参	北海道
きゅうり	佐賀、熊本、福岡、宮崎、鹿児島、大分	根深ねぎ	大分、北海道、長野	玉ねぎ	北海道
ピーマン	大分、熊本、佐賀、宮崎	とうがん	長崎、岡山、鹿児島	れんこん	佐賀
キャベツ	熊本、大分、群馬、長野	青ねぎ	福岡、大分	小松菜	福岡
なす	熊本、大分、福岡、佐賀	じゃがいも	北海道	シャインマスカット	福岡、大分、山梨、長野
しょうが	長崎、熊本、高知				

※生産量との関係もありますが、できるだけ市内産、県内産、九州産を使用するよう今後も努めていきます。
※ホームページでは加工品原材料についても情報提供を行っています。「福岡市学校給食 産地」で検索してください。

日	曜	はし	牛乳	献立名	主 な 材 料						栄 養 量		
					おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
					魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油 脂			
14	月		○	柏型ミルクパン チキンケバブ ◀世界の料理(トルコ) レンズ豆のスープ アーモンドサラダ	鶏肉 ベーコン レンズ豆	牛乳 ヨーグルト	人参	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	柏型ミルクパン 砂糖 じゃがいも	菜種油 アーモンド	715	32.2	28.4
15	火		○	麦ご飯 めひかりフライ 高野豆腐のうま煮 きゅうりのしそあえ 納豆 緑茶	鶏肉 高野豆腐 ちくわ 納豆	めひかりフライ	人参 さやいんげん 赤じそ	玉ねぎ 干しいたけ しょうが きゅうり	米 白麦 砂糖	菜種油	695	31.6	17.8
16	水		○	麦ご飯 チキンカレー 野菜ソテー ♥シャインマスカット	鶏肉 ロースハム	牛乳 脱脂粉乳	人参	玉ねぎ にんにく キャベツ コーン シャインマスカット	米 白麦 じゃがいも	菜種油	744	22.9	16.0
17	木		○ ○	麦ご飯 四川豆腐 ◀世界の料理(中国) わかめスープ 甘酢あえ	豆腐 豚肉 鶏肉	牛乳 わかめ	人参 にら	玉ねぎ にんにく しょうが 干しいたけ えのきたけ きゅうり もやし	米 白麦 砂糖 でん粉 緑豆春雨	菜種油 ごま油	696	27.2	18.1
18	金		○	背割りミルクパン ♥◎夏野菜と大豆の ミートソース煮 ツナサンド 一食フィッシュ みかんジュース	豚肉 大豆 ツナ油漬け	牛乳 一食フィッシュ	ピーマン 赤ピーマン トマト 人参	なす 玉ねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり レモン みかんジュース	背割りミルクパン 砂糖	菜種油 マヨネーズ	794	31.1	29.5
24	木		○ ○	麦ご飯 そばろ井 もずくスープ 月見団子 ◀行事食(中秋の名月)	鶏肉 炒り卵 豆腐 かまぼこ	牛乳 もずく	人参 青ねぎ	枝豆 しょうが 玉ねぎ 干しいたけ	米 白麦 砂糖 白玉もち でん粉	菜種油	757	28.0	18.6
25	金		●	パインパン ♥さけフライ ポトフ コーンサラダ	さけフライ 鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	パインパン じゃがいも 砂糖	菜種油	860	32.6	26.9
28	月		○ ○	麦ご飯 ♥あじの香味ソースかけ カレー風味の肉じゃが いかのマヨネーズあえ	あじ 豚肉 いか	牛乳	青ねぎ 人参	玉ねぎ こんにゃく 枝豆 きゅうり キャベツ	米 白麦 砂糖 でん粉 じゃがいも	菜種油 ごま油 マヨネーズ	743	31.1	19.5
29	火		●	ミルククレセントロールパン ツナのトマトクリームペンネ ◀新献立 フレンチサラダ ♥さつまいもと栗の米粉タルト	ツナ油漬け ロースハム	牛乳 生クリーム	ほうれんそう トマト	玉ねぎ しめじ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり	ミルククレセント ロールパン マカロニ 砂糖 さつまいもと栗の 米粉タルト	菜種油	813	27.1	32.5
30	水		○ ○	麦ご飯 けいちゃん ◀郷土料理(岐阜県) たいつみれ汁 ◀新献立 ♥さけごまふりかけ	鶏肉 みそ たいつみれ さけフレーク	牛乳 わかめ しらす干し	人参 にら 青ねぎ	玉ねぎ しょうが にんにく たけのこ えのきたけ 干しいたけ	米 白麦 砂糖	菜種油 白ごま	705	28.7	20.3
材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。					8 月 ・ 9 月 分 平 均 栄 養 量						763	28.7	24.1
					福岡市学校給食摂取基準						770	25.0～ 38.5※	17.1～ 25.7※

・福岡市は日本食品標準成分表の八訂で計算して献立を作成しています。食事制限がある方等、ご不明な点がございましたらお問い合わせください。
・摂取エネルギー全体のたんぱく質は13%～20%、脂質は20%～30%を基準としています。
※の値は770kcalの場合の基準量(g)を参考に記載しています。

📌

センター給食
Q&A
みなさんの
素朴な疑問に
お答えします!



なぜ、はしを持ってくる日があるの？



給食では、和食、洋食、中華など、さまざまな料理を提供しています。
食育の観点から、それぞれの料理に合った食具を使って食べることを大切にしています。
そのため、はしを使って食べてほしい日には、「はし」の欄に○印をつけています。
○印の日は、家庭からはしを持ってきましょう。

日	曜	はし	牛乳	献立名
28	金	○	○	麦ご飯 ▼姪浜味付けのり 揚げ鶏のレモン風味 中華スープ 厚揚げのオイスターソース炒め