



日曜日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		主に体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	主に体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	
1月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	724 24.9
	★夏野菜のカレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・なす・かぼちゃ・にんじん ピーマン	カレールウ(★甘口・辛口)・米ぬか油	
	なしポンチ		なし(生)・黄桃・パインアップル		
	ヒレカツ	ぶた肉		小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 じゃがいもでん粉・砂糖・べにばな油	
2火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	629 29.3
	★たまごスープ	豆腐・★鶏卵	たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉	
	棒々鶏(バンバンジー) ◇棒々鶏ソース	とり肉(蒸)	キャベツ・きゅうり		
	キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・キムチ・にんじん・根深ねぎ	ごま油	
3水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	638 21.3
	みそ汁(備蓄用)	豆みそ・凍り豆腐・米みそ・油揚げ	切干しだいこん・みつば		
	じゃがいもと大豆のサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
	ツナそぼろ丼	まぐろ(油漬)	スイートコーン・グリーンピース	砂糖・ごま	
	プチゼリー(アセロラ)			プチゼリー(アセロラ)	
4木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	645 21.5
	大麦と野菜のスープ	ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
	コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
	チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・とうもろこしでん粉・コーングリッツ 大豆油・なたね油・パーム油・ラード 米ぬか油	
	ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	
5金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	682 24.1
	ウインナーの酢豚風	ウインナー	たまねぎ・にんじん・ピーマン・たけのこ	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	中華あえ	とり肉(蒸)	キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖・ごま油	
	野菜入りしゅうまい	大豆・とり肉・ぶた肉	にんじん・ほうれんそう・たまねぎ とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
8月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	660 24.8
	★ワントンスープ	★うずら卵・ショルダーベーコン	チンゲンサイ・もやし	ワントン皮	
	中華サラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
	とり肉の香味ソースかけ	とり肉	根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
9火	ソフトめん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ソフトめん	700 24.8
	豆乳カレーめん	豆乳・ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・カレールウ	
	ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
	みかんゼリーミックス		カクテルゼリー(みかん)・黄桃 パインアップル		
10水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	660 26.7
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
	アーモンドあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
	いわしのしょうが煮	いわし	しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖	
	★ヨーグルト	★ヨーグルト			
11木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	602 23.5
	ラタトゥイユ	ショルダーベーコン	たまねぎ・なす・かぼちゃ・トマト にんじん・トマトピューレー・ピーマン ズッキーニ・にんにく・パセリ	オリーブ油	
	ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
	とよたひまわりポーク入り ウインナー	ウインナー			
	ももゼリー		ももゼリー		
12金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	639 23.5
	とうがん汁	油揚げ・けずりぶし	とうがん・にんじん・根深ねぎ		
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・砂糖	
	ししゃもフライ ◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
16火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	603 25.8
	焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	キャベツ・にんじん・紅しょうが	中華めん・米ぬか油	
	ナムル		もやし・チンゲンサイ・きゅうり	ごま・砂糖・ごま油	
	ぎょうざ	大豆・とり肉・ぶた肉	にら・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・ラード	
17水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	676 26.3
	えびだんご汁	えびだんご・油揚げ・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ		
	のり酢あえ	まぐろ(油漬)・のり	キャベツ・もやし・にんじん・レモン果汁	ごま・砂糖	
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
18木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	634 24.7
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐・米みそ・豆乳・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
	海藻サラダ ◇和風ドレッシング	ひじき・わかめ	キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖・和風ドレッシング	
	豚肉のしょうが炒め	ぶた肉	たまねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	

日曜日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		主に体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	主に体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	
19金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	636 26.9
	高野豆腐のうま煮	ぶた肉・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
	おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	わかさぎのから揚げ	わかさぎ		米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	ふりかけ（野菜と雑穀）			ふりかけ（野菜と雑穀）	
22月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	659 28.8
	なめこのみそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	はくさい・にんじん・なめこ・根深ねぎ		
	五目豆	大豆・ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん・さやいんげん・ごぼう	砂糖	
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	味付けのり	味付けのり			
24水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	684 24.9
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・さやいんげん しょうが	砂糖	
	ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・だいこん・もやし にんじん・しそ（粉）	砂糖	
	さといもコロッケ	大豆・とり肉		小麦粉・とうもろこしでん粉・さといも・砂糖 なたね油・米ぬか油	
25木	★クロロール・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★クロロール	686 29.8
	★パンブキンポタージュ	とり肉・★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ	たまねぎ・かぼちゃ	★ベシヤメルソースの素・★生クリーム	
	コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
	ハンバーグ ◇中濃ソース	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・パーム油・ラード・ひまわり油	
26金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	671 30.1
	はくさいの中華炒め	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし チンゲンサイ・たけのこ	じゃがいもでん粉	
	うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん・にんにく 切干しだいこん	ごま油	
	ささ身大葉梅肉フライ	大豆・とり肉	青じそ・梅干し	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	
29月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	681 24.0
	パスタスープ	ショルダーベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
	★チーズサラダ	★チーズ	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
	チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース		
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
30火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	683 25.1
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
	拌三絲（パンサンズー）		キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
	春巻き	ぶた肉	にら・にんじん・キャベツ・もやし・エリンギ	小麦粉・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	

9月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライスパン、ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
・・・とよたひまわりポーク入りウインナー
- なし ●もも・・・ももゼリー



<今月の季節の食材>



※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

3日（水） 防災献立



8月30日～9月5日は「防災週間」です。

災害への備えとして、3日～1週間分の食品と飲料水を準備することが大切と
言われています。普段食べている食品を少し多めに買い置きして、使った分を買
い足す「ローリングストック」は、無理なく備えることができます。

給食では、ローリングストックに適した缶詰や乾物、インスタント食品、日持
ちのする野菜などを活用した献立が登場します。

11日（木）豊田ブランドの日

「とよたひまわりポーク入りウインナー」や「ももゼリー」など
豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。



たべまるのおすすめ

今月は、18日（木）の【豚肉のしょうが炒め】まる。
作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして
レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。



たべまる給食 検索

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから



※★は乳または卵を含みます。
※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。
※献立名にある◇◆のついたドレッシング・ソースは、学級で配膳する時に使用します。