

日曜日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	黄のグループ 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	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
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（辛口・★甘口）・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・砂糖 じゃがいもでん粉・べにばな油・米ぬか油	
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・米ぬか油 コーングリッツ・大豆油・なたね油 パーム油・ラード	
		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	★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		
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	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		
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・ラード キャッサバでん粉	
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・砂糖 じゃがいもでん粉・米ぬか油	
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・豆乳・米みそ・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	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
		★パンプキンポタージュ	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・キャッサパでん粉 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（パンサンスー）		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SPAN、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
- はくさい・・・キムチ



＜今月の季節の食材＞



なし



ピーマン



なす



とうがん



きゅうり



かぼちゃ

※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。

9日（火）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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食

検索



※★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。