



日 曜 日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
1 月	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		847 34. 8
	チキンナゲット	とり肉・大豆			にんにく	小麦粉 とうもろこしでん粉	大豆油・なたね油 パーム油・米ぬか油 ラード	
	コーンサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン		コーンクリーミードレッシング	
	なすとペンネのトマト煮	ぶた肉		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・なす	マカロニ・砂糖	米ぬか油	
2 火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		788 24. 6
	ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）		さやいんげん	スイートコーン	砂糖	ごま	
	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	
	みそ汁（備蓄用）	豆みそ・凍り豆腐 米みそ・油揚げ		みつば	切干しだいこん			
	プチゼリー（アセロラ）					プチゼリー（アセロラ）		
3 水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		814 31. 4
	ささ身大葉梅肉フライ	大豆・とり肉		青じそ	梅干し	小麦粉・砂糖 とうもろこしでん粉	なたね油・米ぬか油	
	青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
	とうがんのそぼろ煮	ぶた肉		にんじん さやいんげん	とうがん・たまねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖		
4 木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		791 29. 8
	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	
	ナムル			にんじん	もやし・きゅうり		ごま油・ごま	
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
5 金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		816 30. 0
	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		
	野菜のねりごまあえ	まぐろ（油漬）		にんじん・こまつな	キャベツ	砂糖	ごま	
	ほうとう	ぶた肉・米みそ 油揚げ・けずりぶし		かぼちゃ・にんじん	はくさい・根深ねぎ しいたけ	ほうとうめん じゃがいも		
8 月	スライSPAN・飲用牛乳		飲用牛乳			スライSPAN		851 30. 3
	ハンバーグサンド	牛肉・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	小麦粉・砂糖 じゃがいもでん粉		
	コーンポタージュ		牛乳・チーズ	にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ スイートコーン		ベシヤメルソースの素 生クリーム	
	なしポンチ				黄桃・パイナップル なし（生）			
9 火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		797 33. 8
	たらの銀紙焼き	米みそ・すけとうだら				じゃがいもでん粉 砂糖・水あめ	マヨネーズ風ドレッシング	
	おひたし				キャベツ・もやし きゅうり	砂糖		
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・砂糖		
10 水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		802 30. 4
	レバーと大豆のごまがらめ	とり肉・大豆 とりレバー				とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま	
	ゆかりあえ			こまつな・しそ（粉）	キャベツ・もやし			
	すまし汁	豆腐・かまぼこ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・しめじ			
11 木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		834 29. 3
	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・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油 ごま油	
	ホイコーロー	ぶた肉・豆みそ		にんじん・ピーマン	キャベツ	砂糖	ごま油	
	肉だんごと野菜のスープ	肉だんご		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しょうが スイートコーン			
12 金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		829 29. 4
	夏野菜のカレーライス	ぶた肉	チーズ・脱脂粉乳	かぼちゃ・にんじん ピーマン	たまねぎ・なす		カレールウ（甘口・辛口）	
	オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・大豆油	
	福神サラダ				キャベツ・福神漬 きゅうり			
16 火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		791 29. 4
	豚丼	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖		
	糸切昆布の炒め煮	まぐろ（油漬）	こんぶ	にんじん		じゃがいも・砂糖	ごま油	
	冷凍パイン（生）				パイナップル（生）			
17 水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		797 33. 3
	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
	五目豆	大豆・ぶた肉 けずりぶし	こんぶ	にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖		
	なめこのみそ汁	豆腐・豆みそ 油揚げ・けずりぶし		にんじん	はくさい・なめこ 根深ねぎ			
	味付けのり		味付けのり					

日曜日	曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
18	木	白玉うどん・飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん		797 29.9
		さといもコロッケ	大豆・とり肉				さといも・小麦粉 とうもろこしでん粉 砂糖	なたね油・米ぬか油	
		ごまマヨあえ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）		チンゲンサイ にんじん	キャベツ		ごま マヨネーズ風ドレッシング	
		あんかけうどん	ぶた肉・油揚げ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・はくさい しいたけ	じゃがいもでん粉		
19	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		890 32.9
		とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが	小麦粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油	
		切干しだいこんのチャプチェ	まぐろ（油漬）		にんじん・赤ピーマン	切干しだいこん しいたけ・しょうが にんにく	砂糖	ごま油・ごま	
		中華卵スープ	鶏卵・かまぼこ		チンゲンサイ にんじん・葉ねぎ	たまねぎ	じゃがいもでん粉		
22	月	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		833 31.0
		ラタトゥイユ	ショルダーベーコン		かぼちゃ・トマト にんじん・ピーマン トマトピューレー パセリ	たまねぎ・なす ズッキーニ・にんにく		オリーブ油	
		ビーンズサラダ	大豆		にんじん	キャベツ・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			
24	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		866 31.1
		揚げぎょうざ	ぶた肉		にら	キャベツ・しょうが たまねぎ	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	ラード・米ぬか油	
		拌三絲（バンサンスー）			にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油	
		八宝菜	うずら卵・いか ぶた肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい もやし・たけのこ しいたけ	じゃがいもでん粉		
25	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		845 31.0
		ししゃもフライ・◆中濃ソース	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	
		れんこんのきんぴら	まぐろ（油漬）		にんじん さやいんげん	れんこん	砂糖	ごま・ごま油	
		キムチ入りみそ汁	ぶた肉・豆みそ けずりぶし		にんじん	キムチ・だいこん こんにゃく・もやし ごぼう・根深ねぎ えのきたけ			
26	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		800 33.4
		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	
		ひじきと大豆のサラダ（カレー風味）	大豆・まぐろ（油漬）	ひじき	にんじん	スイートコーン	砂糖		
		とうがん汁	豆腐・かまぼこ 油揚げ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	とうがん			
29	月	クロロール・飲用牛乳		飲用牛乳			クロロール		807 29.4
		根菜サラダ			にんじん	だいこん・ごぼう れんこん		ごまドレッシング	
		焼きそば	ぶた肉・いか		にんじん・ピーマン	キャベツ	中華めん	米ぬか油	
		フルーツゼリーミックス				黄桃・パインアップル	カクテルゼリー		
30	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		809 31.8
		たちうおのから揚げ	たちうお				じゃがいもでん粉	米ぬか油	
		たくあんあえ				キャベツ・たくあん漬 きゅうり		ごま	
		高野豆腐の卵とじ	鶏卵・ぶた肉 凍り豆腐・けずりぶし		にんじん	たまねぎ・はくさい しいたけ	砂糖		

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、豆みそ

●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

●はくさい・・・キムチ

●なし

●もも・・・ももゼリー

WE LOVE とよた

＜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

22日（月）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。

※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。

2日（火）防災献立

食べる

ローリングストック

買い足す

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。

たべまるのおすすめ

今月は、26日（金）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

※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。

足助給食センター

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●