

| 2025年度 9月 |    | 学校給食献立一覧表                     |                     | 中学校                  |                                          | 献立B                          |                                   | 平和給食センター<br>豊田市教育委員会         |                                 | WE<br>LOVE<br>とよた |  |
|-----------|----|-------------------------------|---------------------|----------------------|------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------|--|
| 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<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |                   |  |
|           |    |                               | 1群                  | 2群                   | 3群                                       | 4群                           | 5群                                | 6群                           |                                 |                   |  |
|           |    |                               | 魚・肉・卵<br>豆・豆製品      | 牛乳・乳製品<br>骨ごと食べる魚・海藻 | 緑黄色野菜                                    | その他の野菜<br>果物・きのこ             | 穀類・いも・砂糖                          | 油脂・種実                        |                                 |                   |  |
| 1月        |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 779<br>34.4       |  |
|           |    | たまごスープ                        | 豆腐・鶏卵               |                      | にんじん                                     | たまねぎ                         |                                   | じゃがいもでん粉                     |                                 |                   |  |
|           |    | 棒々鶏（バンバンジー）<br>◇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                 |                      | にんじん                                     | たくあん漬・キムチ<br>根深ねぎ            |                                   | ごま油                          |                                 |                   |  |
| 2火        |    | 麦ごはん・飲用牛乳                     |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | 麦ごはん                         |                                 | 905<br>29.9       |  |
|           |    | 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<br>ピーマン                        | たまねぎ・なす                      |                                   | カレールウ（甘口・辛口）<br>米ぬか油         |                                 |                   |  |
|           |    | なしポンチ                         |                     |                      |                                          | なし（生）・黄桃<br>パイナップル           |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | ヒレカツ                          | ぶた肉                 |                      |                                          |                              | 小麦粉・砂糖<br>とうもろこしでん粉<br>じゃがいもでん粉   | べにばな油・米ぬか油                   |                                 |                   |  |
| 3水        |    | スライスパン・飲用牛乳                   |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | スライスパン                       |                                 | 829<br>27.3       |  |
|           |    | 大麦と野菜のスープ                     | ベーコン                |                      | にんじん・パセリ                                 | たまねぎ・キャベツ                    | 押麦                                | 米ぬか油                         |                                 |                   |  |
|           |    | コーンサラダ                        |                     |                      |                                          | キャベツ・きゅうり<br>スイートコーン         |                                   | 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<br>コーングリッツ<br>とうもろこしでん粉       | 大豆油・なたね油<br>パーム油・ラード<br>米ぬか油 |                                 |                   |  |
|           |    | ラ・フランスジャム                     |                     |                      |                                          |                              | ラ・フランスジャム                         |                              |                                 |                   |  |
| 4木        |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 791<br>24.7       |  |
|           |    | みそ汁（備蓄用）                      | 豆みそ・凍り豆腐<br>米みそ・油揚げ |                      | みつば                                      | 切干しだいこん                      |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | じゃがいもと大豆のサラダ<br>◇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<br>グリーンピース           | 砂糖                                | ごま                           |                                 |                   |  |
|           |    | ブチゼリー（アセロラ）                   |                     |                      |                                          |                              | ブチゼリー（アセロラ）                       |                              |                                 |                   |  |
| 5金        |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 848<br>29.3       |  |
|           |    | 豆腐の中華煮                        | 豆腐・ぶた肉・えび           |                      | にんじん                                     | はくさい・たまねぎ                    | じゃがいもでん粉<br>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<br>エリンギ             | 小麦粉・水あめ<br>じゃがいもでん粉               | 大豆油・米ぬか油                     |                                 |                   |  |
| 8月        |    | 麦ごはん・飲用牛乳                     |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | 麦ごはん                         |                                 | 834<br>28.5       |  |
|           |    | パスタスープ                        | ショルダーベーコン           |                      | にんじん・パセリ                                 | キャベツ・たまねぎ                    | 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                 |                      | にんじん                                     | たまねぎ<br>グリーンピース              |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | コーヒー牛乳の素                      |                     |                      |                                          |                              | コーヒー牛乳の素                          |                              |                                 |                   |  |
| 9火        |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 815<br>31.1       |  |
|           |    | 豚汁                            | 豆腐・ぶた肉・豆みそ<br>けずりぶし |                      | にんじん                                     | だいこん・ごぼう<br>根深ねぎ             |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | アーモンドあえ                       |                     |                      | ほうれんそう<br>にんじん                           | キャベツ・もやし                     | 砂糖                                | アーモンド                        |                                 |                   |  |
|           |    | いわしのしょうが煮                     | いわし                 |                      |                                          | しょうが                         | じゃがいもでん粉<br>砂糖                    |                              |                                 |                   |  |
|           |    | ヨーグルト                         |                     | ヨーグルト                |                                          |                              |                                   |                              |                                 |                   |  |
| 10水       |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 832<br>35.6       |  |
|           |    | はくさいの中華炒め                     | ぶた肉・いか              |                      | にんじん<br>チンゲンサイ                           | たまねぎ・はくさい<br>もやし・たけのこ        | じゃがいもでん粉                          |                              |                                 |                   |  |
|           |    | うま塩キャベツ                       |                     |                      | にんじん                                     | キャベツ・きゅうり<br>切干しだいこん<br>にんにく |                                   | 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・砂糖<br>とうもろこしでん粉               | なたね油・米ぬか油                    |                                 |                   |  |
| 11木       |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 787<br>31.7       |  |
|           |    | 高野豆腐のうま煮                      | ぶた肉・凍り豆腐<br>けずりぶし   |                      | にんじん<br>さやいんげん                           | たまねぎ                         | じゃがいも・砂糖<br>じゃがいもでん粉              |                              |                                 |                   |  |
|           |    | おひたし                          | 油揚げ                 |                      | ほうれんそう<br>にんじん                           | キャベツ・もやし                     | 砂糖                                |                              |                                 |                   |  |
|           |    | わかさぎのから揚げ                     |                     | わかさぎ                 |                                          |                              | 米粉<br>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）                       |                              |                                 |                   |  |
| 12金       |    | クロロール・飲用牛乳                    |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | クロロール                        |                                 | 843<br>35.8       |  |
|           |    | パンプキンポタージュ                    | とり肉                 | 牛乳・脱脂粉乳<br>チーズ       | かぼちゃ                                     | たまねぎ                         |                                   | ベシヤメルソースの素<br>生クリーム          |                                 |                   |  |
|           |    | コールスローサラダ                     |                     |                      | にんじん                                     | キャベツ・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<br>キャッサバでん粉             | なたね油・パーム油<br>ラード・ひまわり油       |                                 |                   |  |
| 16火       |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 835<br>30.8       |  |
|           |    | えびだんご汁                        | えびだんご・油揚げ<br>けずりぶし  |                      | にんじん                                     | はくさい・だいこん<br>根深ねぎ            |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | のり酢あえ                         | まぐろ（油漬）             | のり                   | にんじん                                     | キャベツ・もやし<br>レモン果汁            | 砂糖                                | ごま                           |                                 |                   |  |
|           |    | 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<br>じゃがいも・砂糖<br>じゃがいもでん粉 | 米ぬか油                         |                                 |                   |  |
| 17水       |    | ツイストパン・飲用牛乳                   |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ツイストパン                       |                                 | 835<br>30.9       |  |
|           |    | ラタトゥイユ                        | ショルダーベーコン           |                      | かぼちゃ・トマト<br>にんじん・ピーマン<br>トマトピューレー<br>パセリ | たまねぎ・なす<br>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<br>ウインナー         | ウインナー               |                      |                                          |                              |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | ももゼリー                         |                     |                      |                                          | ももゼリー                        |                                   |                              |                                 |                   |  |
| 18木       |    | ごはん・飲用牛乳                      |                     | 飲用牛乳                 |                                          |                              |                                   | ごはん                          |                                 | 827<br>29.1       |  |
|           |    | とうがん汁                         | 油揚げ・けずりぶし           |                      | にんじん                                     | とうがん・根深ねぎ                    |                                   |                              |                                 |                   |  |
|           |    | 肉じゃが                          | ぶた肉                 |                      | にんじん                                     | たまねぎ<br>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<br>キャッサバでん粉                   | 米ぬか油                         |                                 |                   |  |

| 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<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |
|-----|----|-------------------------|------------------------|----------------------|----------------|----------------------------|------------------------------|--------------|---------------------------------|
|     |    |                         | 1群                     | 2群                   | 3群             | 4群                         | 5群                           | 6群           |                                 |
|     |    |                         | 魚・肉・卵<br>豆・豆製品         | 牛乳・乳製品<br>骨ごと食べる魚・海藻 | 緑黄色野菜          | その他の野菜<br>果物・きのこ           | 穀類・いも・砂糖                     | 油脂・種実        |                                 |
| 19  | 金  | ソフトめん・飲用牛乳              |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | ソフトめん                        |              | 831<br>29.0                     |
|     |    | 豆乳カレーめん                 | 豆乳・ぶた肉                 |                      | にんじん           | たまねぎ<br>グリーンピース            | じゃがいも                        | カレールウ        |                                 |
|     |    | ごぼうサラダ<br>◇マヨネーズ風ドレッシング |                        |                      | にんじん           | キャベツ・ごぼう<br>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）<br>黄桃・パインアップル |                              |              |                                 |
| 22  | 月  | 麦ごはん・飲用牛乳               |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | 麦ごはん                         |              | 845<br>29.5                     |
|     |    | 豚丼                      | ぶた肉                    |                      | にんじん<br>さやいんげん | たまねぎ・しらたき<br>しょうが          | 砂糖                           |              |                                 |
|     |    | ゆかりあえ                   |                        |                      | にんじん・しそ（粉）     | キャベツ・きゅうり<br>だいこん・もやし      | 砂糖                           |              |                                 |
|     |    | さといもコロッケ                | 大豆・とり肉                 |                      |                |                            | 小麦粉・さといも<br>とうもろこしでん粉<br>砂糖  | なたね油・米ぬか油    |                                 |
| 24  | 水  | ごはん・飲用牛乳                |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | ごはん                          |              | 823<br>33.9                     |
|     |    | なめこのみそ汁                 | 豆腐・豆みそ・油揚げ<br>けずりぶし    |                      | にんじん           | はくさい・なめこ<br>根深ねぎ           |                              |              |                                 |
|     |    | 五目豆                     | 大豆・ぶた肉<br>けずりぶし        | こんぶ                  | にんじん<br>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                |                |                            |                              |              |                                 |
| 25  | 木  | ごはん・飲用牛乳                |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | ごはん                          |              | 816<br>28.9                     |
|     |    | ワンタンスープ                 | うずら卵<br>ショルダーベーコン      |                      | チンゲンサイ         | もやし                        | ワンタン皮                        |              |                                 |
|     |    | 中華サラダ                   |                        |                      | にんじん           | キャベツ・きゅうり                  | 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<br>砂糖              | 米ぬか油・ごま油     |                                 |
| 26  | 金  | 米粉パン・飲用牛乳               |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | 米粉パン                         |              | 795<br>33.3                     |
|     |    | 焼きそば                    | ぶた肉・ちくわ・いか             | あおのり                 | にんじん           | キャベツ・紅しょうが                 | 中華めん                         | 米ぬか油         |                                 |
|     |    | ナムル                     |                        |                      | チンゲンサイ         | もやし・きゅうり                   | 砂糖                           | ごま・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<br>とうもろこしでん粉<br>キャッサバでん粉 | ラード          |                                 |
| 29  | 月  | ごはん・飲用牛乳                |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | ごはん                          |              | 863<br>29.2                     |
|     |    | ウインナーの酢豚風               | ウインナー                  |                      | にんじん・ピーマン      | たまねぎ・たけのこ                  | 砂糖<br>じゃがいもでん粉               | 米ぬか油         |                                 |
|     |    | 中華あえ                    | とり肉（蒸）                 |                      | にんじん           | キャベツ・きゅうり                  | 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<br>ほうれんそう | たまねぎ<br>とうもろこし             | 小麦粉・砂糖                       | ラード          |                                 |
| 30  | 火  | ごはん・飲用牛乳                |                        | 飲用牛乳                 |                |                            | ごはん                          |              | 791<br>28.6                     |
|     |    | 豆乳のバランスみそ汁              | 豆腐・豆乳・米みそ<br>油揚げ・けずりぶし |                      | にんじん           | だいこん・はくさい<br>根深ねぎ          | じゃがいも                        |              |                                 |
|     |    | 海藻サラダ<br>◇和風ドレッシング      |                        | ひじき・わかめ              | にんじん           | キャベツ・きゅうり                  | 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         |                                 |

## 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



### ＜今月の季節の食材＞



なし



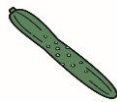
ピーマン



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。

## 4日（木）

## 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。

## 17日（水）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、30日（火）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。

平和給食センター

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●