



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	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	559 23. 5
		チキンナゲット	とり肉・大豆	にんにく	とうもろこしでん粉・小麦粉・米ぬか油 大豆油・なたね油・パーム油・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・たまねぎ・なす・にんじん・パセリ	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	520 17. 3
		ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）	スイートコーン・さやいんげん	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	切干しだいこん・みつば		
		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	533 21. 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・とうもろこしでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	
		青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
		とうがんのそぼろ煮	ぶた肉	とうがん・たまねぎ・にんじん・さやいんげん 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	485 19. 0
		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		もやし・にんじん・きゅうり	ごま油・ごま	
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ	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	553 21. 4
		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）	キャベツ・にんじん・こまつな	ごま・砂糖	
		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	488 17. 9
		ハンバーグサンド	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 ラード・砂糖	
		コーンポタージュ	牛乳・チーズ	たまねぎ・キャベツ・スイートコーン にんじん・パセリ	ベシヤメルソースの素・生クリーム	
		なしポンチ		黄桃・パインアップル・なし（生）		
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 25. 6
		かつおの煮つけ	かつお・かつお節	しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		おひたし		キャベツ・もやし・きゅうり	砂糖	
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	536 21. 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 米ぬか油・砂糖・ごま	
		ゆかりあえ		キャベツ・もやし・こまつな・しそ（粉）		
		すまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・しめじ・葉ねぎ		
11	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	589 21. 2
		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・ごま油	
		ホイコーロー	ぶた肉・豆みそ	キャベツ・にんじん・ピーマン	砂糖・ごま油	
		肉だんごと野菜のスープ	肉だんご	たまねぎ・にんじん・スイートコーン 葉ねぎ・しょうが		
12	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	558 20. 6
		夏野菜のカレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・かぼちゃ・なす・にんじん ピーマン	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	536 20. 5
		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	
		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）		パインアップル（生）		
17	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	539 23. 9
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
		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	
		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		
		味付けのり	味付けのり			
18	木	白玉うどん・飲用牛乳	飲用牛乳		白玉うどん	511 20. 6
		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	
		ごまマヨあえ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・チンゲンサイ・にんじん	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	だいこん・はくさい・にんじん・葉ねぎ 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	556 20. 5
		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）	切干しだいこん・にんじん・しいたけ 赤ピーマン・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	たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・葉ねぎ	じゃがいもでん粉	

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	
22	月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	473 19.0
		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		
24	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	483 18.4
		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・キャッサバでん粉・砂糖・ラード 米ぬか油	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・にんじん・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
		八宝菜	いか・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ 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	489 18.3
		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）	れんこん・にんじん・さやいんげん	砂糖・ごま・ごま油	
		豚汁	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・もやし にんじん・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	532 23.4
		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	とうがん・にんじん・葉ねぎ		
29	月	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	469 17.8
		根菜サラダ		だいこん・にんじん・ごぼう・れんこん	ごまドレッシング	
		焼きそば	ぶた肉・いか	キャベツ・にんじん・ピーマン	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	570 23.4
		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	たまねぎ・はくさい・にんじん・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、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
- 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

2日（火） 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されています。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。

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。



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



※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。

※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、配膳する時に使用します。