

日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品	
		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	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	ピビンバ丼	ぶた肉		にんじん こまつな	切干しいんごん もやし	砂糖	ごま油 ラード
	パオズ	ぶた肉 とり肉	ひじき		キャベツ たまねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	ごま油
	わかめと豆腐のスープ	豆腐 かまぼこ	わかめ		たまねぎ 根深ねぎ		
2 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	チキンチキンごぼう	とり肉			ごぼう えだまめ	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油
	糸こんにぶの炒め煮	さつま揚げ かつお節	こんにぶ	さやいんげん にんじん		じゃがいも 砂糖	なたね油
	みそ汁	豆腐 ミックスみそ		にんじん	だいこん 根深ねぎ		
3 水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン	
	とよたひまわりポーク入りウインナー	ウインナー					
	ビーンズサラダ 	大豆		にんじん	きゅうり キャベツ		コールスロートレッシング
	ラタトゥイユ 	ベーコン		かぼちゃ トマト ピーマン にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ なす スッキーニ にんにく		オリーブ油
	ももゼリー				ももゼリー		
4 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	夏野菜カレー	ぶた肉	ヨーグルト	かぼちゃ ピーマン にんじん	たまねぎ なす		カレールウ(辛口・甘口)
	チキンナゲット	とり肉 大豆				とうもろこしでん粉 小麦粉 じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 なたね油 パーム油
	福神あえ				キャベツ きゅうり 福神漬	砂糖	ごま
5 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	ツナそぼろ丼 	まぐろ(油漬)			スイートコーン グリンピース	砂糖	ごま
	じゃがいもと大豆のサラダ	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) 	油揚げ 豆みそ 凍り豆腐 ミックスみそ		みつば	切干しいんごん		
	プチゼリー(アセロラ)						プチゼリー(アセロラ)
8 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	いわしの梅煮	いわし			梅干し	砂糖 じゃがいもでん粉	
	和風サラダ	まぐろ(油漬)		にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま 和風ドレッシング
	豚汁	ぶた肉 豆腐 けずりぶし 豆みそ		にんじん	ごぼう だいこん 根深ねぎ こんにゃく		
9 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	ひじき入り卵焼き	鶏卵	ひじき	にんじん	たまねぎ	砂糖	なたね油 大豆油
	ゆかりあえ			しそ(粉)	キャベツ きゅうり もやし		
	ずき焼き風煮	ぶた肉 焼き豆腐			はくさい えのきたけ 根深ねぎ しらたき	生ふ 砂糖	
10 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン	
	とり肉のケチャップがけ	とり肉		パプリカ		じゃがいもでん粉 じゃがいも 砂糖	
	なし(生)				なし(生)		
	冬瓜とベーコンのクリームスープ	ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	にんじん パセリ	とうがん たまねぎ		生クリーム
	マーマレードジャム						マーマレードジャム
11 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	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
	中華風酢の物	ハム		にんじん	キャベツ きゅうり スイートコーン	砂糖	ごま油
	生揚げの中華炒め	ぶた肉 生揚げ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ はくさい にんにく	砂糖 じゃがいもでん粉	ごま油
12 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	ささ身大葉梅肉フライ	とり肉 大豆		青じそ	梅干し	小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉	米ぬか油 なたね油
	ゴーヤのツナマヨあえ	まぐろ(油漬)		にんじん	キャベツ にがうり スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング
	つくね汁	肉だんご けずりぶし		にんじん 葉ねぎ	はくさい だいこん		
16 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	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	なたね油
	えだまめサラダ				キャベツ きゅうり えだまめ スイートコーン		ごまドレッシング
	けんちん汁	けずりぶし 豆腐		にんじん	ごぼう だいこん 根深ねぎ		
17 水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン	
	しゅうまい	ぶた肉 とり肉 すけとうだら 大豆			たまねぎ	じゃがいもでん粉 小麦粉	ショートニング ラード 大豆油 ごま油
	炒めビーフン	ぶた肉 さつま揚げ		にんじん	キャベツ	ビーフン 砂糖	なたね油
	モロヘイヤと卵のスープ	ベーコン 豆腐 鶏卵		モロヘイヤ	根深ねぎ	じゃがいもでん粉	

日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品	
		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	
	カレーなんばん	とり肉 かまぼこ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉	カレー粉
	じゃこのかきあげ	ウインナー	しらす干し	にんじん	たまねぎ えだまめ	小麦粉	米ぬか油
	磯香あえ	まぐろ(油漬)	のり	こまつな にんじん	キャベツ	砂糖	ごま
19 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	さといもコロッケ	大豆 とり肉				さといも 小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉	なたね油 米ぬか油
	オクラのおかかあえ	かつお節		オクラ にんじん	キャベツ もやし		
	親子煮	とり肉 鶏卵		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	
22 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	レバーとこんにゃくの甘辛煮	とりレバー とり肉			こんにゃく	砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油
	キャベツの昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ もやし	砂糖	
	生揚げと野菜のうま煮	生揚げ 肉だんご		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	
24 水	レーズンロール 飲用牛乳		飲用牛乳			レーズンロール	
	スパニッシュオムレツ	鶏卵 ベーコン	チーズ 牛乳		たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油
	マカロニサラダ	ハム			キャベツ きゅうり	マカロニ	マヨネーズ風ドレッシング
	スコッチブロス	とり肉		にんじん バセリ	たまねぎ	押麦 じゃがいも	
25 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	さばの煮付け	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 油揚げ 豆みそ		にんじん	はくさい 根深ねぎ なめこ		
	味付けのり		味付けのり				
26 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	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
	きゅうりとツナのおえもの	まぐろ(油漬)		ブロッコリー 赤パプリカ	きゅうり スイートコーン	砂糖	ごま油 ごま
	とうがんのそぼろ煮	とり肉 生揚げ けずりぶし		にんじん	とうがん しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	
29 月	きんぴらピラフ 飲用牛乳	ウインナー	飲用牛乳	にんじん バセリ	たまねぎ えだまめ ごぼう	麦ごはん	オリーブ油
	カリカリベーコンサラダ	ベーコン			キャベツ きゅうり	砂糖	オリーブ油
	豆乳コーンスープ	とり肉 豆乳		こまつな バセリ	たまねぎ スイートコーン		ホワイトルウ
	乾燥小魚		かたくちいわし			砂糖 水あめ	
30 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	たちのおからあげ	たちお				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		スイートコーン	砂糖	
	高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	

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
- 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。
 ※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。

5日(金) 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。

3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、16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。



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

