

2025年度 9月		給食献立一覧表		献立B		東部給食センター 保育課			
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	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	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				
1	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	509 23.9			
		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					
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・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	575 19.3			
		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（甘口・辛口）・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・べにばな油 じゃがいもでん粉・砂糖・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	487 15.9			
		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（2個）	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・とうもろこしでん粉 コーングリッツ・大豆油・なたね油 パーム油・ラード・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	521 17.4			
		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）				
5	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	586 19.4			
		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（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油				
		春巻き	ぶた肉	にんじん・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・米粉・粉あめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油				
8	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	565 19.6			
		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				
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	500 20.5			
		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					
		キャベツのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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				
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	546 24.4			
		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 切干しだいこん・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・とうもろこしでん粉 砂糖・なたね油・米ぬか油				
11	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 22.4			
		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）				
12	金	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	531 22.8			
		焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	キャベツ・にんじん	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 キャッサバでん粉・ラード				
16	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	557 21.9			
		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 じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖				
17	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 15.9			
		豆乳カレースープ	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				
		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					
18	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	486 17.8			
		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				

2025年度 9月		給食献立一覧表		献立B		東部給食センター 保育課			
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		緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻		色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物		米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類		
19	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳				ツイストパン		475 18.9
		ラタトゥイユ	豊田ブランドの日	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				
22	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳				麦ごはん		557 20.2
		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		
24	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳				ごはん		535 23.1
		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		
25	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳				ごはん		501 17.9
		ワントンスープ		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		
26	金	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳				クロロール		488 22.0
		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・キャッサバでん粉 なたね油・パーム油・ラード・ひまわり油		
29	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳				ごはん		536 18.7
		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		
30	火	ごはん・飲用牛乳	たべまるの おすすめ	飲用牛乳			ごはん		520 20.0
		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		

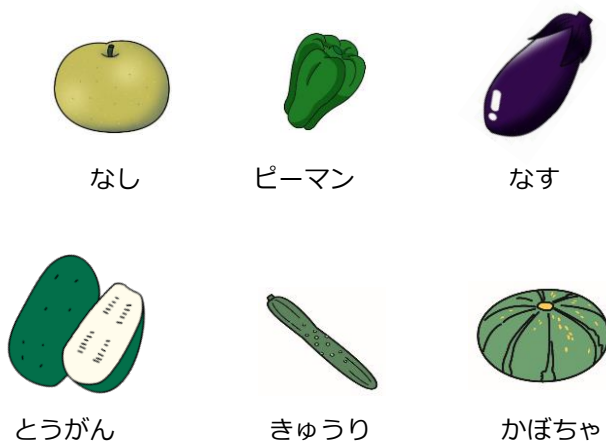
9月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

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＞



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。

19日（金）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



※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。