



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	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	658 23. 2
		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）	
		福神サラダ		キャベツ・福神漬・きゅうり		
		ウインナー	ウインナー			
2	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	616 24. 0
		塩こうじスープ	ぶた肉・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ しめじ・しょうが	米ぬか油	
		骨太サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき・干しえび	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	マカロニ・砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
		とり肉の照り焼き	大豆・とり肉		とうもろこしでん粉・米でん粉	
3	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	636 25. 2
		高野豆腐のみそ汁	豆腐・油揚げ・凍り豆腐・けずりぶし わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		切干しだいこんのサラダ	とり肉	キャベツ・にんじん・きゅうり 切干しだいこん	ごまドレッシング・砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		パインアップル		パインアップル		
4	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	646 24. 9
		とうがんのそぼろ煮	ぶた肉	とうがん・たまねぎ・にんじん・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖	
		青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
		あじフライ	あじ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
7	月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	620 26. 2
		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	
		なしポンチ		なし（生）・黄桃・パインアップル		
		チキンナゲット	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	
8	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	675 26. 1
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		きゅうりともやしのごま酢あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
9	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	622 24. 7
		かしわ汁	とり肉・豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・葉ねぎ		
		アーモンドあえ	油揚げ	キャベツ・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
		かつおのミンチカツ	かつお	しょうが・たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖・なたね油 とうもろこし油・米ぬか油	
10	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	640 26. 3
		かきたま汁	豆腐・鶏卵・かまぼこ・けずりぶし	とうがん・葉ねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉	
		こまつなとツナのサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・こまつな・スイートコーン	和風ドレッシング	
		とよたひまわりポーク入りつくね	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖・ラード	
		ももゼリー		ももゼリー		
11	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	624 26. 2
		野菜の中華煮	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・もやし・チンゲンサイ たけのこ・にんじん	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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 スイートコーン	小麦粉・砂糖・ラード	
14	月	スライSPAN・飲用牛乳	飲用牛乳		スライSPAN	663 25. 5
		大麦と野菜のスープ	ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ビーンズサラダ	大豆・まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
15	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	693 27. 7
		親子煮	鶏卵・とり肉・かまぼこ	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし・しそ（粉）		
		いかフライのレモンしょうゆかけ	大豆・いか	レモン果汁	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油・砂糖	
16	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	660 25. 6
		麦みそ汁	豆腐・麦みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		ごぼうサラダ		キャベツ・ごぼう・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		かつおのそぼろ丼	かつお（油漬）	にんじん・えだまめ・スイートコーン	砂糖	
17	木	中華めん・飲用牛乳	飲用牛乳		中華めん	659 26. 1
		しょうゆラーメン	ぶた肉・なると巻・わかめ	にんじん・もやし・チンゲンサイ・たまねぎ		
		中華サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・にんじん	中華ドレッシング・はるさめ	
		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	

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)
18	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	700 25. 1
		スンドゥブスープ	豆腐・ショルダーベーコン・米みそ	だいこん・にんじん・キムチ・根深ねぎしめじ		
		キンパ	ぶた肉	たくあん漬・ほうれんそう・もやし・にんじん	ごま油・ごま・米ぬか油	
		チヂミ		にんじん・たまねぎ・だいこん葉	米粉・じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
		手巻きのり	のり			
24	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	668 27. 8
		ふだま汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・葉ねぎ	焼きふ	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		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	
25	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	707 24. 9
		豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・にんじん・葉ねぎ ごぼう		
		おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	
		月見だんご			月見だんご	
28	月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	631 24. 9
		ミネストローネ	ベーコン・いんげんまめ	たまねぎ・トマト・にんじん・セロリ にんにく・パセリ	マカロニ・オリーブ油	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		とり肉の香草焼き	とり肉	バジル・パセリ	オリーブ油	
29	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	629 23. 3
		豆乳のバランスみそ汁	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・葉ねぎ	じゃがいも	
		変わりきんぴら	ぶた肉	ごぼう・れんこん・ピーマン	砂糖・ごま油・米ぬか油	
		さんまの甘辛揚げ	さんま	しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
30	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	656 25. 2
		じゃがいもとツナのうま煮	まぐろ（油漬）・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	
		和風サラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング・砂糖	
		厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
		乾燥小魚	いわし		水あめ・砂糖	

9月の目標「自然の恵みに感謝しよう」

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、中華めん
- 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つくね
- はくさい・・・キムチ
- なし ●もも・・・ももゼリー



アジア・フレンドシップ給食

9月19日から10月4日までの16日間、愛知県の各地でアジア競技大会が開催されます。給食では参加国にちなんだ献立を実施します。9月は、韓国の料理を取り入れた献立です。

韓国の国旗



18日（金）に実施します

- ・キンパ（韓国風のり巻き）
- ・チヂミ
- ・スンドゥブスープ

たべまるのおすすめ

今月は、11日（金）の【拌三絲（バンサンスー）】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

<今月の季節の食材>



さんま



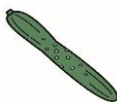
ピーマン



なす



とうがん



きゅうり



えだまめ



なし

※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。

※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●