



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 (kcal) たんぱく質 (g)
			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	火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		833 28.9
		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 ピーマン	たまねぎ・なす		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			
		フランクフルト	フランクフルト						
2	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		794 29.9
		塩こうじスープ	ぶた肉・けずりぶし		にんじん	はくさい・だいこん 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		791 30.2
		高野豆腐のみそ汁	豆みそ・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		にんじん	キャベツ・きゅうり 切干しだいこん	砂糖	ごまドレッシング	
		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		838 31.2
		とうがんのそぼろ煮	ぶた肉		にんじん	とうがん・たまねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖		
		青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
		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		831 34.3
		なすとペンネのトマト煮	ぶた肉		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・なす	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		802 33.0
		肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき	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	
		さばの銀紙焼き	米みそ・さば				米粉・砂糖		
9	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		800 29.9
		かしわ汁	とり肉・豆腐 けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん			
		アーモンドあえ	油揚げ		ほうれんそう にんじん	キャベツ	砂糖	アーモンド	
		かつおのミンチカツ	かつお			しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	なたね油・米ぬか油 とうもろこし油	
10	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		806 31.9
		かきたま汁	豆腐・鶏卵・かまぼこ けずりぶし		葉ねぎ	とうがん・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)		こまつな	キャベツ 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つくね	大豆・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	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		797 31.6
		野菜の中華煮	ぶた肉・いか		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ・はくさい もやし・たけのこ	じゃがいもでん粉		
		控三絲 (バンサンスー)			にんじん	キャベツ・きゅうり	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		807 30.5
		大麦と野菜のスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	たまねぎ	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		にんじん トマトピューレー	たまねぎ	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		862 33.1
		親子煮	鶏卵・とり肉 かまぼこ		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉		
		ゆかりあえ			しそ (粉)	キャベツ・きゅうり もやし			
		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・砂糖 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	米ぬか油	
16	水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		798 29.7
		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	砂糖	ごまドレッシング	
		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		

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 (kcal) たんぱく質 (g)
			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	
17	木	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		812 29.5
		しょうゆラーメン	ぶた肉・なると巻	わかめ	にんじん チンゲンサイ	もやし・たまねぎ			
		中華サラダ	まぐろ（油漬）		にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ	中華ドレッシング	
		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	
		スイートポテト					スイートポテト		
18	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		840 29.0
		スンドゥブスープ	豆腐・米みそ ショルダーベーコン		にんじん	だいこん・キムチ 根深ねぎ・しめじ			
		キンパ	ぶた肉		ほうれんそう にんじん	たくあん漬・もやし		ごま油・ごま 米ぬか油	
		チヂミ			にんじん・だいこん葉	たまねぎ	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		824 32.6
		ふだま汁	豆腐・かまぼこ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	えのきたけ	焼きふ		
		磯香あえ		のり	にんじん	キャベツ・もやし	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 砂糖	米ぬか油・ごま	
25	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		859 29.1
		豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・こんにゃく ごぼう			
		おかかあえ	かつお節		ほうれんそう にんじん	キャベツ・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 とうもろこしでん粉 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		809 30.9
		ミネストローネ	ベーコン いんげんまめ		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・セロリ にんにく	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・きゅうり スイートコーン		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		809 28.3
		豆乳のバランスみそ汁	豆乳・米みそ 油揚げ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・はくさい	じゃがいも		
		変わりきんぴら	ぶた肉		ピーマン	ごぼう・れんこん	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 砂糖	米ぬか油	
30	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		807 29.2
		じゃがいもとツナのうま煮	まぐろ（油漬） けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
		和風サラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖	和風ドレッシング	
		厚焼き卵	鶏卵				キャッサパでん粉 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



10日（木）豊田ブランドの日

「とよたひまわりポーク入りつくね」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。



3日（木）防災献立

9月は「防災月間」です。

災害への備えとして、3日～7日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。また、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。

25日（金）月見献立



25日は「十五夜」です。

給食では、さといもを使った「さといもコロッケ」やさといもの形をした「月見だんご」を実施します。

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



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



- ・キンパ（韓国風のり巻き）
- ・チヂミ
- ・スンドゥブスープ

18日（金）に実施します

＜今月の季節の食材＞



さんま



ピーマン



なし



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●