

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	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		806 29. 6
		高野豆腐のみそ汁	防災献立 	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（蒸）	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			
2	水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		901 28. 3
		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） 米ぬか油	
		なしポンチ				なし（生）・黄桃	カクテルゼリー		
		ヒレカツ	ぶた肉				小麦粉・米粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
3	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		861 28. 3
		家常豆腐（ジャーチャンドウフ）	生揚げ・ぶた肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ・根深ねぎ しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉		
		華風あえ				キャベツ・もやし きゅうり・紅しょうが	はるさめ・砂糖	ごま油	
		大学いも					さつまいも・砂糖	米ぬか油	
4	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		810 30. 3
		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	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
		アーモンドあえ	油揚げ		ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖	アーモンド	
		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			キャッサバでん粉・砂糖		
7	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		789 28. 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	ごま 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		
8	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		839 32. 0
		親子煮	鶏卵・とり肉 けずりぶし		にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
		ゆかりあえ			にんじん・しそ（粉）	キャベツ・きゅうり もやし	砂糖		
		あじフライのレモンしょうゆかけ	大豆・あじ			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・砂糖	米ぬか油	
9	水	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		795 30. 9
		ミネストローネ	とり肉 ショルダーベーコン		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・にんにく	じゃがいも・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	
		ハンバーグ	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 ひまわり油 とうもろこし油	
10	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		816 28. 8
		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		にんじん	だいこん・はくさい 根深ねぎ	じゃがいも		
		変わりきんぴら	ぶた肉		にんじん・ピーマン	ごぼう・れんこん	砂糖	米ぬか油・ごま油	
		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	
11	金	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		793 32. 0
		しょうゆラーメン	ぶた肉・かまぼこ		にんじん	もやし・根深ねぎ たけのこ・しょうが にんにく スイートコーン	じゃがいもでん粉		
		中華サラダ	とり肉（蒸）		にんじん	キャベツ・きゅうり		たまねぎドレッシング	
		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		
14	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		840 29. 1
		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	 大豆		にら・にんじん	たまねぎ	とうもろこしでん粉 米粉・じゃがいも じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	ショートニング・米ぬか油	
		手巻きのり		のり					
15	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		779 28. 2
		かきたま汁	豊田ブランドの日 豆腐・鶏卵・かまぼこ けずりぶし		にんじん・みつば	えのきたけ	じゃがいもでん粉		
		とうがんとツナのサラダ ◇和風ドレッシング	 まぐろ（油漬）			キャベツ・とうがん 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・砂糖 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	ラード	
		ももゼリー				ももゼリー			

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	
16	水	クロロール・飲用牛乳		飲用牛乳			クロロール		783 35.6
		パンプキンポタージュ	とり肉	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	かぼちゃ	たまねぎ		ベシヤメルソースの素 生クリーム	
		サワーキャベツ			にんじん	キャベツ・きゅうり スイートコーン レモン果汁	砂糖		
		ウインナー	ウインナー						
17	木	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		805 30.3
		豚丼	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖		
		青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
		ししゃもフライ	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	
18	金	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		794 33.7
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん		にんじん	キャベツ・紅しょうが	ビーフン・砂糖	米ぬか油	
		ナムル	とり肉（蒸）		チンゲンサイ にんじん	もやし・きゅうり	砂糖	ごま・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	
24	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		863 28.6
		豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ 油揚げ・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ			
		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・砂糖 とうもろこしでん粉	なたね油・米ぬか油	
		月見だんご					月見だんご		
25	金	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		809 31.0
		大麦と野菜のスープ	シオルダーベーコン		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 グリーンピース	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		
28	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		815 32.0
		ふだま汁	豆腐・かまぼこ けずりぶし		にんじん・みつば	しめじ	焼きふ		
		のり酢あえ	まぐろ（油漬）	のり	にんじん	キャベツ・もやし レモン果汁	砂糖		
		レバーと大豆のみそがらめ	とり肉・大豆 とりレバー・豆みそ			しょうが	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	
29	火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		782 28.6
		麦みそ汁	豆腐・麦みそ 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	とり肉（蒸）			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		
30	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		803 28.4
		八宝菜	ぶた肉・うずら卵 いか		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい もやし	じゃがいもでん粉		
		拌三絲（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	

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」
・・・スライスパン、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、生揚げ
- 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

15日（火）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。



※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。

1日（火）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。

24日（木）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、30日（水）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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食 検索



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

14日（月）に
実施します

＜今月の季節の食材＞



さんま



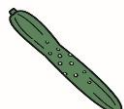
ピーマン



なす



とうがん



きゅうり



えだまめ



なし

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

南部・平和給食センター