



令和6年 9月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄	
		赤/体を作る		緑/体の調子を整える		黄/エネルギーになる			
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実		
3 火	冷やし白玉うどん 牛乳 ぶた肉とやさいの炒め煮 かき揚げ なし	うどんつゆ	ぶた肉 揚げはん	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん こまつな	たまねぎ たけのこ キャベツ たまねぎ	冷やし白玉うどん さとう でんぷん 小麦粉 でんぷん コーンフラワー	油 油	冷やし白玉うどん: 冷やし白玉うどんに かき揚げをのせ、うどん つゆをかけて食べ ましょう。
4 水	ごはん 牛乳 ゆばのすいもの にしんの塩焼き ごまあえ		とうふ ゆば にしん	牛乳	にんじん はねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり	ごはん さとう	油 すりごま	
5 木	ごはん 牛乳 みそ汁 ささみ青じそ梅肉フライ れんごんのおかか炒め		とうふ 冷凍油揚げ 赤みそ とり肉 花かつお	牛乳	はねぎ 青じそ にんじん さやいんげん	だいごん たまねぎ なす 梅ペースト れんごん エリンギ	ごはん パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 さとう	油 油	
6 金	麦ごはん 牛乳 米粉のチキンカレーライス ごぼうサラダ 福神漬	マヨネーズドレッシング	とり肉 豆乳	牛乳	にんじん にんじん しそ	たまねぎ むきえだ豆 ごぼう コーン だいごん うり なす れんごん きゅうり なた豆 しょうが	ごはん 大麦 じゃがいも	油 マヨネーズドレッシング	
9 月	ごはん 牛乳 肉じゃが ミニちくわのいそべ揚げ(㊸1, 2年1こ・その他2こ) キャベツ炒め		ぶた肉 たら	牛乳	にんじん さやいんげん あおさ	おろししょうが たまねぎ こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう さとう 小麦粉 でんぷん	油 油 油	
10 火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい(㊸2こ・㊸3こ) ポイルもやし	パックしょうゆ	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉 とり肉 たら	牛乳	はねぎ	おろししょうが たまねぎ たまねぎ	ごはん さとう でんぷん でんぷん パン粉 さとう 小麦粉	油 油	
11 水	ごはん 牛乳 いりどり さけの銀紙焼き きゅうりの塩こんぶあえ		とり肉 さけ 塩こんぶ	牛乳	にんじん さやいんげん	ごぼう れんごん たけのこ こんにゃく 干しいたけ だいごん キャベツ きゅうり しょうが	ごはん さといも さとう さとう でんぷん	油 油	
12 木	ミルクロールパン 牛乳 トマトスープ かぼちゃグラタン ツナとコーンのソテー		とり肉 豆乳 おから 大豆粉 まぐろ水煮	牛乳	冷凍トマト パセリ かぼちゃ	たまねぎ キャベツ エリンギ たまねぎ	ごはん じゃがいも 米粉 さとう	油 油 油	
13 金	ごはん 牛乳 さといものみそ汁 うさぎ型ハンバーグの青じそソースかけ やさしい炒め 月見ゼリー		白みそ 赤みそ とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん はねぎ トマトペースト 青じそ チンゲンサイ	だいごん たまねぎ たまねぎ にんにくペースト しょうがペースト コーン キャベツ みかん果汁 レモン果汁	ごはん さといも さとう でんぷん	油 油 油	お月見献立 豊川産青じその日 月見ゼリー:学校配送
17 火	麦ごはん 牛乳 とうがんのカレースープ さといもコロッケ やさしいサラダ	コーンドレッシング	まぐろ水煮 とり肉	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ とうがん	ごはん 大麦 さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	油 コーンドレッシング	
18 水	ごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのうめ煮 青菜あえ [なめしの素]		揚げはん いわし [かつおぶし]	牛乳	にんじん さやいんげん なめしの素 [青菜]	ごぼう たけのこ こんにゃく 梅肉 キャベツ きゅうり	ごはん さとう さとう でんぷん [さとう]	油	
19 木	ごはん 牛乳 白みそ汁 とり肉の風味揚げ 糸切りこんぶの煮付け		とうふ 冷凍油揚げ 白みそ とり肉 揚げはん	牛乳	はねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ にんにく おろししょうが	ごはん じゃがいも 米粉	油	
20 金	ごはん 牛乳 うずらたまごスープ ぶたキムチ丼 [キムチ] 冷凍みかん		なるとまき うずらたまご ぶた肉	牛乳	にんじん はねぎ にんじん こまつな [にんじん]	たまねぎ コーン キムチ にんにく 切り干しだいごん [はくさい たまねぎ りんご にんにく しょうが]	ごはん さとう	油 油 油	ぶたキムチ丼:ごはん にぶたキムチ丼の具を のせて食べましょう。
24 火	ごはん 牛乳 はるさめスープ ぎょうざ(㊸2こ・㊸3こ) 中華サラダ	塩中華ドレッシング	ぶた肉	牛乳	にんじん はねぎ にら	たけのこ たまねぎ 干しいたけ キャベツ たまねぎ にんにく	ごはん はるさめ パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油 塩中華ドレッシング	
25 水	クロワッサン 牛乳 米粉のコーンクリームスープ とり肉のトマトソースかけ フルーツカクテル [ぶどうゼリー]		豆乳 とり肉	牛乳	にんじん パセリ 冷凍トマト バジル	たまねぎ コーン クリームコーン	ごはん じゃがいも	油	
26 木	ごはん 牛乳 細切りやさいの炒め煮 もち麦入りはんぺん(㊸2こ・㊸3こ) ひじきと大豆の煮付け		ぶた肉 赤みそ たら いとより 水煮大豆 冷凍油揚げ	牛乳	にんじん ピーマン にんじん	おろししょうが ごぼう たけのこ たまねぎ 干しいたけ こんにゃく れんごん	ごはん さとう もち麦 でんぷん さとう	油 油	
27 金	ごはん 牛乳 じゃがいものたまごとじ レバー入りつくね(㊸2こ・㊸3こ) 切り干しだいごんのサラダ かんそう小魚	ごまドレッシング	カットウインナー 液卵 とり肉 とり皮 とりレバー	牛乳	にんじん	たまねぎ むきえだ豆 たまねぎ 切り干しだいごん コーン きゅうり	ごはん じゃがいも さとう でんぷん さとう 米粉/パン粉	油 ごまドレッシング	
30 月	わかめごはん 牛乳 ぶ玉汁 あじフライ ポイルキャベツ	パックソース	とうふ あじ	牛乳 わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ キャベツ	ごはん さとう 白玉ふ	油	

●献立表の㊸は小学校、㊹は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ●太字は愛知県で作られた食品です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介 ぶたキムチ丼

〈材料(4人分)〉 〈作り方〉
 ・サラダ油 …………… 小さじ1/2 ・切り干しだいごん …………… 8g ①ぶたも肉に酒をふっておく。
 ・にんにく(みじん切り) …………… 4g (もどして2cm) ②フライパンにサラダ油、にんにくを入れて熱し、
 ・ぶたも肉 …………… 160g ・こまつな(1cm) …………… 40g ③ぶたも肉を入れて炒め、色が変わったら、
 ・酒 …………… 小さじ1 ④キムチ、切り干しだいごん、こまつなを加えて
 ・にんじん(せん切り) …………… 60g A ⑤Aを入れて味をととのえ、いりごまを加えて
 ・キムチ …………… 60g ・しょうゆ …………… 小さじ2 仕上げます。
 ・いりごま …………… 4g

9月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です!



青じそ

大葉(青じそ)を
食べて夏バテを
防止しましょう。



豊川市二葉町 白井 良直さんです。



〇いなりん 学校給食課
 予定献立表・加工食品アレルギー
 表示表・給食レシピ・食材産地な
 どは豊川市学校給食課のホーム
 ページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～うちでごはんの日～」です