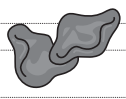




令和7年 9月分献立表



豊川市学校給食課(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／体をつくる		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	
2 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		
	とうがんのカレースープ	まぐろ水煮		にんじん	たまねぎ とうがん むきえだ豆			
	さといもクロquette	とり肉				さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
	やさいサラダ	コーンドレッシング			キャベツ きゅうり コーン		コーンドレッシング	
3 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	細切りやさいの炒め煮	ぶた肉 赤みそ		にんじん ピーマン	おろししょうが ごぼう たけのこ たまねぎ 干しいいたけ こんにゃく	さとう	油	
	厚焼きたまご	鶏卵				さとう でんぷん	油	
	ひじきと大豆の煮付け	水煮大豆 冷凍油揚げ	ひじき	にんじん	れんこん	さとう	油	
4 木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			ミルクロールパン		
	トマトスープ	とり肉		冷凍トマト パセリ	にんにく たまねぎ キャベツ マッシュルーム		油	
	ボロニアソーセージ	とり肉 ぶた肉				でんぷん さとう	油	
	ツナとコーンのソテー	まぐろ水煮			むきえだ豆 コーン		油	
5 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	だいこんのそぼろ煮	ぶた肉 冷凍生揚げ		にんじん はねぎ	おろししょうが たけのこ こんにゃく だいこん しめじ	さとう	油	
	にしんの塩焼き	にしん						
	ごまあえ			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	すりごま	
8 月	ごはん 牛乳	コーヒースー	牛乳			ごはん コーヒースー		
	すまし汁	かまぼこ 冷凍とうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ			
	キャベツ入りつくね	とり肉 かつおぶし			キャベツ しょうが	でんぷん さとう えんどう豆	油	
	きのこの和風ソテー	ベーコン		にんじん	コーン しめじ えのきたけ エリンギ		油	
9 火	冷やし白玉うどん 牛乳	うどんつゆ	牛乳			冷やし白玉うどん		
	ぶた肉とやさいの炒め煮	ぶた肉 揚げはん		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ キャベツ	さとう でんぷん	油	
	いかメンチカツ	たら いか			たまねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉 さとう	油	
	切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング			切り干しだいこん きゅうり コーン		ごまドレッシング	
10 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	マーボー豆腐	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ		はねぎ	おろししょうが たまねぎ	さとう でんぷん	油	
	しゅうまい(㊦2こ・㊦3こ)	ぶた肉 とり肉 たら			たまねぎ	でんぷん パン粉 さとう 小麦粉	油	
	ボイルもやし				もやし			
11 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	五目きんぴら	牛肉 揚げはん		にんじん さやいんげん	ごぼう たけのこ こんにゃく	さとう	油	
	いわしのみそ煮	いわし みそ		ねぎ		さとう		
	なし				なし			
12 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	白みそ汁	冷凍とうふ 冷凍油揚げ 白みそ		はねぎ	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも		
	とり肉の風味揚げ	とり肉			にんにく おろししょうが	米粉	油	
	糸切りこんぶの煮付け	揚げはん	糸切りこんぶ	にんじん		さとう		
16 火	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん さとう		
	ぶ玉汁	冷凍とうふ		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ	白玉ぶ		
	あじフライ	あじ				パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
	ポイルキャベツ	パックスソース			キャベツ			
17 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	じゃがいものたまごとじ	カットウインナー 液卵		にんじん	たまねぎ むきえだ豆	じゃがいも さとう		
	もち麦入りはんぺん(㊦2こ・㊦3こ)	たら				もち麦 でんぷん さとう	油	
	青菜あえ 【なめしの素】	【かつおぶし】		なめしの素 【青菜】	キャベツ きゅうり	【さとう】		
18 木	クロワッサン 牛乳		牛乳			クロワッサン		
	米粉のコーンクリームスープ	豆乳		にんじん パセリ	たまねぎ コーン クリームコーン	じゃがいも	油	
	愛知の大豆入りナゲット(㊦2こ・㊦3こ)	とり肉 大豆 きな粉		にんじん	にんにくペースト	でんぷん さとう	油	
	フルーツミックス 【ぶどうゼリー】				りんごレトルト バインレトルト ぶどうゼリー 【ぶどう果汁】	【さとう】		
19 金	かんそう小魚		かたくちいわし			さとう でんぷん		
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	はるさめスープ			にんじん はねぎ	たけのこ たまねぎ きくらげ	はるさめ		
	ぎょうざ(㊦2こ・㊦3こ)	ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油	豊川産きくらげの日
22 月	中華サラダ	塩中華ドレッシング		にんじん こまつな	もやし		塩中華ドレッシング	
	ミニゼリー(洋なし)				洋なし 洋なし果汁	さとう		
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	おろししょうが たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
24 水	ミニちくわのいそべ揚げ(㊦1・2年1こ・その他2こ)	たら	あおさ			さとう 小麦粉 でんぷん	油	
	キャベツ炒め			にんじん	キャベツ		油	
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	みそ汁	冷凍とうふ 冷凍油揚げ 赤みそ		はねぎ	だいこん たまねぎ なす			
25 木	ささみ青じそ梅肉フライ	とり肉		青じそ	梅ペースト	パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	油	
	れんこんのおかか炒め	花かつお		にんじん さやいんげん	れんこん エリンギ	さとう	油	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		
	米粉のカレーライス	ぶた肉 豆乳		にんじん	たまねぎ むきえだ豆	じゃがいも	油	
26 金	ごぼうサラダ	マヨネーズドレッシング		にんじん	ごぼう コーン		マヨネーズドレッシング	
	福神漬				しそ	だいこん うり なす れんこん きゅうり なた豆 しょうが	さとう	
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	いなか汁	かまぼこ		にんじん はねぎ	ごぼう だいこん こんにゃく 干しいいたけ	パン粉 でんぷん さとう		フローズンヨーグルト: クラス配送
29 月	れんこんハンバーグ	ぶた肉 とり肉 牛肉		にんじん こまつな	れんこん たまねぎ	さとう	油 すりごま いりごま	
	こまつなと油揚げのごま炒め	冷凍油揚げ			もやし			
	フローズンヨーグルト		フローズンヨーグルト					
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
30 火	いりどり	とり肉		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん たけのこ こんにゃく 干しいいたけ	さといも さとう	油	
	さんまの銀紙焼き	さんま みそ				さとう 米粉		
	きゅうりの塩こんぶあえ		塩こんぶ		キャベツ きゅうり しょうが			
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	うずらたまごスープ	なるとまき うずらたまご		にんじん はねぎ	たまねぎ コーン		油	
	ぶたキムチ丼 【キムチ】	ぶた肉		こまつな 【にんじん】	キムチ おろししょうが にんにく 根深ねぎ 【はくさい たまねぎ りんご にんにく しょうが】	【さとう】	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。
	冷凍みかん				みかん			
	㊦ひよこ豆スナック	ひよこ豆					油	

● 献立表の㊦は小学校、㊦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。 ●太字は愛知県産の予定です。
● 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

きのこの和風ソテー

〈材料(4人分)〉
・サラダ油 …………… 小さじ1/2
・ベーコン(1cm) …………… 40g
・にんじん(せん切り) …………… 40g
・コーン …………… 40g
・しめじ(ほぐす) …………… 40g
・えのきたけ(半分に切る) …… 20g
・エリンギ(せん切り) …………… 40g

A〔・和風だし …………… 小さじ1/4
・しょうゆ …………… 小さじ1
・塩 …………… 少々
・こしょう …………… 少々
・ごま油 …………… 少々

〈作り方〉
①フライパンにサラダ油を入れて熱し、ベーコンを入れてよく炒める。
②にんじんを入れてよく炒めたら、コーン、しめじ、えのきたけ、エリンギを加える。
③Aの調味料を入れ、塩とこしょうで味をととのえる。
④ごま油を入れて香りを出して仕上げる。

9月の「豊川産〇〇の日」
豊川でつくられた食材です！



豊川産きくらげは、コリコリとしていて、とても美味しい！学校でたくさん遊べる丈夫な体をつくってくれます。いっぱい食べて、元氣もりもり！！



豊川市牧野町
よびた けいこ
俣田 恵子さんです。



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～おうちでごはんの日～」です