



令和7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	ごはん 牛乳 いなか汁 れんこんハンバーグ こまつなと油揚げのごま炒め フローズンヨーグルト	かまぼこ ぶた肉 とり肉 牛肉 冷凍油揚げ	牛乳 フローズンヨーグルト	にんじん はねぎ にんじん こまつな	ごぼう だいこん こんにゃく 干しいたけ れんこん たまねぎ もやし	ごはん パン粉 でんぷん さとう さとう 油 すりごま いらごま	フローズンヨーグルト: クラス配送	
3 水	麦ごはん 牛乳 とうがんのカレースープ さといもコロケ やさしいサラダ	まぐろ水煮 とり肉 コーンドレッシング	牛乳	にんじん たまねぎ とうがん むきえだ豆	さといも さとう 小麦粉 小麦粉 でんぷん	油 コーンドレッシング		
4 木	ごはん 牛乳 細切りやさしいの炒め煮 厚焼きたまご ひじきと大豆の煮付け	ぶた肉 赤みそ 鶏卵 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 れんこん	ごはん さとう さとう でんぷん さとう	油 油 油	
5 金	ごはん 牛乳 肉じゃが ミニちくわのいそべ揚げ(①1・2年1こ・その他2こ) キャベツ炒め	ぶた肉 たら	牛乳 あおさ	にんじん さやいんげん にんじん	おろししょうが たまねぎ こんにゃく キャベツ	ごはん じゃがいも さとう さとう 小麦粉 でんぷん 油	油 油	
8 月	ごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのみそ煮 なし	牛肉 揚げはん いわし みそ	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	ごぼう たけのこ こんにゃく なし	ごはん さとう さとう	油	
9 火	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	冷凍とうふ 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 さとう	油	
10 水	ごはん 牛乳 だいこんのそぼろ煮 にしんの塩焼き ごまあえ	ぶた肉 冷凍生揚げ にしん	牛乳	にんじん はねぎ にんじん	おろししょうが たけのこ こんにゃく だいこん しめじ キャベツ きゅうり	ごはん さとう さとう	油 すりごま	
11 木	ミルクロールパン 牛乳 トマトスープ ポロニアソーセージ ツナとコーンのソテー	とり肉 とり肉 ぶた肉 まぐろ水煮	牛乳	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	にんにく たまねぎ キャベツ マッシュルーム でんぷん さとう	油 油 油		
12 金	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス ごぼうサラダ 福神漬	ぶた肉 豆乳 にんじん	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ むきえだ豆 ごぼう コーン だいこん かり なす れんこん きゅうり なた豆 しょうが	ごはん 大麦 じゃがいも マヨネーズドレッシング	油	
16 火	冷やし白玉うどん 牛乳 ぶた肉とやさしいの炒め煮 いかメンチカツ 切り干しだいこんのサラダ	うどんつゆ ぶた肉 揚げはん たら いか ごまドレッシング	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ たけのこ キャベツ たまねぎ 切り干しだいこん きゅうり コーン	冷やし白玉うどん さとう でんぷん でんぷん 小麦粉 小麦粉 さとう ごまドレッシング	油 油 ごまドレッシング	
17 水	ごはん 牛乳 いりどり さんまの銀紙焼き きゅうりの塩こんぶあえ	とり肉 さんま みそ 塩こんぶ	牛乳	にんじん さやいんげん キャベツ きゅうり しょうが	ごぼう れんこん たけのこ こんにゃく 干しいたけ さといも さとう さとう 米粉	ごはん さとう さとう	油	
18 木	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 ④ひよこ豆スナック	なるとまき うずらたまご ぶた肉 ひよこ豆	牛乳	にんじん はねぎ こまつな [にんじん]	たまねぎ コーン 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] みかん	ごはん 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。	
19 金	ごはん 牛乳 みそ汁 ささみ青じそ梅肉フライ れんこんのおかか炒め	冷凍とうふ 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	だいこん たまねぎ なす 梅ペースト れんこん 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	
22 月	ごはん 牛乳 はるさめスープ ぎょうざ(④2こ・⑤3こ) 中華サラダ ミニゼリー(洋なし)	 ぶた肉 塩中華ドレッシング	牛乳	にんじん はねぎ にら にんじん こまつな	たけのこ たまねぎ きくらげ キャベツ たまねぎ にんにく もやし 洋なし 洋なし果汁	ごはん はるさめ パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 さとう	油 塩中華ドレッシング	豊川産きくらげの日
24 水	ごはん 牛乳 じゃがいものたまごとし もち麦入りはんぺん(④2こ・⑤3こ) 青菜あえ [なめしの素]	カットウインナー 液卵 たら [かつおぶし]	牛乳	にんじん なめしの素 [青菜]	たまねぎ むきえだ豆 キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも さとう もち麦 でんぷん さとう	油	
25 木	クロワッサン 牛乳 米粉のコーンクリームスープ 愛知の大豆入りナゲット(④2こ・⑤3こ) フルーツミックス [ぶどうゼリー]	豆乳 とり肉 大豆 きな粉	牛乳	にんじん パセリ にんじん	たまねぎ コーン クリームコーン にんにくペースト りんごレトルト パインレトルト ぶどうゼリー [ぶどう果汁]	クロワッサン じゃがいも でんぷん さとう	油 油	
26 金	かんそう小魚 わかめごはん 牛乳 ぶ玉汁 あじフライ ボイルキャベツ	かたくちいわし 牛乳 わかめ 冷凍とうふ あじ パックソース	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ えのきたけ キャベツ	ごはん 白玉ふ パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
29 月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい(④2こ・⑤3こ) ボイルもやし	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉 とり肉 たら パックしょうゆ	牛乳	はねぎ	おろししょうが たまねぎ たまねぎ もやし	ごはん さとう でんぷん でんぷん 小麦粉 さとう 小麦粉	油 油	
30 火	ごはん 牛乳 すまし汁 キャベツ入りつくね きのこの和風ソテー	かまぼこ 冷凍とうふ とり肉 かつおぶし ベーコン	牛乳	にんじん はねぎ にんじん	たまねぎ たけのこ キャベツ しょうが コーン しめじ えのきたけ エリンギ	ごはん コーヒー糖 でんぷん さとう えんどう豆	油 油	

●献立表の④は小学校、⑤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

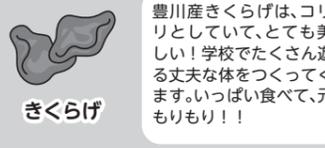
〈材料(4人分)〉
 ・サラダ油 …… 小さじ1/2
 ・ベーコン(1cm) …… 40g
 ・にんじん(せん切り) …… 40g
 ・コーン …… 40g
 ・しめじ(ほぐす) …… 40g
 ・えのきたけ(半分) …… 20g
 ・エリンギ(せん切り) …… 40g

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！



 **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