



9月学校給食献立表



- ① 県内の消費者と生産者が今まで以上にいい関係になる
- ② Eat more Aichi products (イート モア アイチ プロダクツ) もっと愛知県産品を食べよう (利用しよう)

(2025年)この献立表にはすべての材料を記載していません。食物アレルギーの対応は詳細な献立表にて確認してください。小牧市教育委員会

日曜	献立名	おもな材料名					
		おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類
2 火	ごはん 牛乳 ◎しめじ入りトマトスープカレー ジャーマンポテト 冷凍みかん	ウインナー 鶏肉 ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ しめじ たまねぎ みかん	米 カレールウ じゃがいも	油
3 水	麦ごはん 牛乳 とうがんと汁 かますのフライ ゴーヤと豚肉のみそいため	鶏肉 豆腐 油揚げ かます 豚肉 みそ	牛乳 わかめ	にんじん ゴーヤ にんじん	とうがんと ねぎ たまねぎ	麦 米 パン粉 小麦粉 さとう でんぷん	油 油 油
4 木	ごはん 牛乳 中華スープ ささみ大葉梅肉フライ こまつなのオイスターソースいため	豚肉 豆腐 鶏肉	牛乳	にんじん 青じそ こまつな にんじん	コーン たまねぎ ねぎ 梅 コーン	米 マロニー パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん さとう	油 油 油
5 金	クロスロールパン 牛乳 ホワイトクリームシチュー 焼きメンチカツ ビーンズサラダ	鶏肉 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 チーズ 牛乳	にんじん	たまねぎ たまねぎ しょうが にんにく えだまめ コーン きゅうり	パン じゃがいも 米粉のホワイトルウ さとう 米粉	油 油 ドレッシング
8 月	ごはん 牛乳 豆乳入りみそ汁 コロッケ ★たけのこといんげんのいためもの	鶏肉 豆腐 豆乳 みそ 豚肉 牛肉 まぐろ油漬	牛乳	にんじん にんじん パセリ さやいんげん にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく たまねぎ たけのこ	米 じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉 さとう	油 油 油
9 火	ごはん 牛乳 白ぶどうとほうれんそうのジュース 野菜カレー さわらの塩こうじ焼き カラフルサラダ		牛乳	ほうれんそう にんじん	ぶどう たまねぎ にんにく	米 さとう じゃがいも カレールウ(ユニバーサル給食用)	油
10 水	ソフトめん 牛乳 野菜あんかけめん チキンナゲット フルーツゼリーあえ	豚肉 鶏肉	牛乳	チンゲン菜 にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく パイン もも	ソフトめん さとう でんぷん パン粉 小麦粉 ぶどうゼリー りんごゼリー	油 油
11 木	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 野菜しゅうまい 春雨サラダ	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん にんじん ほうれんそう にんじん	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく コーン たまねぎ しょうが きゅうり コーン	麦 米 さとう でんぷん パン粉 小麦粉 さとう マロニー さとう	油
12 金	くるロールパン 牛乳 えび団子入りスープ かぼちゃひき肉サンドフライ こまつなとしめじのいためもの	えび団子 豚肉	牛乳	にんじん かぼちゃ こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん たまねぎ しめじ たまねぎ	パン さとう でんぷん 小麦粉 さとう	油 油
16 火	ごはん 牛乳 真だくさんみそ汁 ごぼう入りつくね ほうれんそうのあえもの	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ 鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん ほうれんそう にんじん	だいこん たまねぎ ねぎ たまねぎ ごぼう しょうが	米 じゃがいも さとう さとう	油 油 ごま
17 水	白玉うどん 牛乳 五目うどん ちくわのいそべ揚げ ★切り干しだいごんのベーコンいため	鶏肉 かまぼこ 油揚げ ちくわ ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ えのきたけ しめじ 干しいたけ ねぎ 切り干しだいごん えだまめ	白玉うどん 小麦粉 さとう	油 油 油
18 木	麦ごはん 牛乳 生揚げの中華煮 かつおの甘酢あえ ヨーグルト	豚肉 生揚げ ちくわ かつお	牛乳 ヨーグルト	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが にんにく たまねぎ えだまめ	麦 米 さとう でんぷん でんぷん さとう	油 油
19 金	ロールパン 牛乳 チキンビーンズ スペイン風オムレツ コールスローサラダ	鶏肉 大豆 鶏卵 鶏肉	牛乳	にんじん トマト ほうれんそう にんじん	たまねぎ たまねぎ キャベツ コーン	パン じゃがいも さとう じゃがいも でんぷん さとう	油 油 ドレッシング
22 月	ごはん 牛乳 ごじる たちうおのおろしだれかけ ★きんぴられんこん	豚肉 大豆 豆腐 油揚げ みそ たちうお 鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん	ごぼう ねぎ だいこん れんこん こんにゃく	米 米粉 でんぷん さとう さとう	油 油 ごま ごま油
24 水	中華めん 牛乳 塩ラーメン にらまんじゅう 杏仁豆腐	豚肉 なた 豚肉 大豆	牛乳	にんじん にら	もやし ねぎ キャベツ キャベツ ねぎ にんにく しょうが もも パイン	中華めん 小麦粉 さとう いちごゼリー 杏仁豆腐	油 油
25 木	ごはん 牛乳 豆肉じゃが たらの銀紙焼き もやしの塩こんぶあえ	豚肉 大豆 すけそうだら みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにゃく もやし きゅうり	米 じゃがいも さとう さとう でんぷん	油 ドレッシング
26 金	サンドイッチロールパン 牛乳 豆乳入りキャロットポタージュ ウインナーのケチャップソースかけ 野菜ソテー	鶏肉 豆乳 ウインナー	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ しめじ	パン じゃがいも 米粉のホワイトルウ さとう	油 油
29 月	麦ごはん 牛乳 豚丼 コーンフライ にんじんとツナのいためもの	豚肉 かまぼこ 生揚げ	牛乳	にんじん	こんにゃく たまねぎ ねぎ しょうが コーン	麦 米 さとう 小麦粉 さとう パン粉 でんぷん さとう	油 油 ごま ごま油
30 火	ごはん 牛乳 かきたま汁 さばの香味焼き とふ粉のもの ココア牛乳のもと	豆腐 かまぼこ 鶏卵 さば とふ粉 鶏肉 ちくわ	牛乳	にんじん みつば にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが こんにゃく ねぎ	米 でんぷん さとう でんぷん さとう	油 油

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

④は小学校 ⑤は中学校

◎2日(火)「しめじ入りトマトスープカレー」は令和6年度 光ヶ丘中学校 生徒 大崎 優真さんの応募献立を参考にしました。



R6年度から、かみごたえのある、よくかむことに注意する食べものや料理に★がついています。

給食回数 ④⑤19回

携帯電話用ホームページ



※はしは毎日持ってきてください。

※学校給食のごはんは愛知県産米「あいちのかおり」を使用しています。

初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。詳しい資料をお渡りするか、ご希望の方には栄養教諭がわかりやすくご説明いたします。

旬の食材を使っておいしく朝ごはん!

とうがんは、きゅうりと同じウリ科の仲間です。夏の太陽を浴びて育ちます。

皮は厚く、丈夫できめ細かいため水分がなくなりにくいことから、収穫してから暗く涼しい所で2~3ヶ月は保存できるめずらしい野菜です。そのため、夏の栄養満点の野菜を冬に食べられるということで大切にされてきた野菜です。



~朝食に野菜も食べよう!~

3日(水)の給食献立です。

★とうがんと汁★

(材料)4人分

- 鶏肉80g
- 豆腐100g
- とうがん1/8個
- にんじん1/5本
- わかめ1g
- 油揚げ8g
- ねぎ1/4本
- すくちしょうゆ大さじ1
- 和風だし小さじ2
- 油適宜

作り方

- ①鶏肉は2cm角、豆腐・油揚げは一口大、とうがん・にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切りにする。
- ②鍋に油を入れ、鶏肉を炒める。鶏肉に火が通ったらにんじんを入れてさらに炒める。
- ③炒めた②に水・豆腐・とうがん・わかめ・油揚げ・和風だしを入れ、煮立てる。
- ④煮立ったら、すくちしょうゆとねぎを加え、器に盛りつけて完成!

毎月19日は「食育の日~おうちでごはんの日~」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この日は、「家族といっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

小牧市のホームページに学校給食のコーナーがあります。

再生紙使用