

令和6年9月分 学校給食献立一覧表

日	曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものになる		おもに体の調子を整えるものになる		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー (kcal)
				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・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	
3	火	キーマカレー 牛乳 野菜ソテー メロンアイス	スプーン 直送 スプーン	ぶた肉 ウインナー	牛乳 牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ スズキーニ しょうが キャベツ とうもろこし メロン	米 ひよこ豆 マカロニ 砂糖	油 カレールウ 油 油	726 871
4	水	ごはん 牛乳 中華スープ ショーロンポー 豚キムチ炒め		ハム ぶた肉 ぶた肉	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ にんじん ビーマン チンゲンサイ	もやし しいたけ たまねぎ キャベツ しょうが たけのこ 白菜キムチ	米 はるさめ でんぶん 砂糖 小麦粉 はるさめ 砂糖	油 ごま油 油 ごま油	640 811
5	木	冷やしうどん 牛乳 肉豆腐 かき揚げ🍤🍤 なし	めんつゆ (個袋) ビニール手袋	牛肉 豆腐 大豆	牛乳	にんじん ねぎ にんじん しゅんぎく	たまねぎ たまねぎ ごぼう なし	うどん でんぶん 砂糖 小麦粉	油 油	667 754
6	金	ごはん 牛乳 なすのみそ汁 五目厚焼き卵 こんにゃくとごぼうの磯煮🍤🍤		豆腐 油あげ みそ 卵 ぶた肉	牛乳 わかめ ひじき ひじき	 ほうれんそう にんじん にんじん	なす えのきたけ しいたけ グリンピース ごぼう こんにゃく	米 じゃがいも 砂糖 でんぶん 砂糖	 油 油 ごま油	601 734
9	月	<重陽の節句給食> ごはん 牛乳 すまし汁 いわしの土佐煮 菊花あえ 栗まんじゅう		豆腐 かまぼこ いわし けずりぶし 油あげ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ にんじん チンゲンサイ	 キャベツ もやし きく	米 砂糖 砂糖 小麦粉 砂糖 白いんげん豆	 くり	636 761
10	火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 小松菜まんじゅう 三色ナムル	スプーン 2こ	ぶた肉 牛肉 豆腐 みそ ぶた肉	牛乳	ねぎ こまつな にんじん ほうれんそう	たまねぎ しょうが キャベツ 根深ねぎ たまねぎ しょうが もやし	米 砂糖 でんぶん 小麦粉	ごま油 油 ごま油 ごま油 ごま	650 778
11	水	ごはん 牛乳 じゃがいものそばろ煮 ささみ梅しそフライ オクラのサラダ		ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん 青じそ オクラ	たまねぎ こんにゃく うめ とうもろこし キャベツ きゅうり	米 じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 米粉	油 油 塩ドレッシング	668 815
12	木	クロロールパン 牛乳 洋風卵とじ 肉だんごのケチャップ煮 野菜のマリネ	小2こ 中3こ	ぶた肉 ウインナー 卵 とり肉 大豆	牛乳	にんじん パセリ バジル	たまねぎ エリンギ マッシュルーム グリンピース たまねぎ だいこん キャベツ きゅうり	クロロールパン 砂糖 パン粉 砂糖 でんぶん 砂糖	油 油 油	689 823
13	金	ごはん 牛乳 合わせみそ汁 キャベツ入りミンチカツ とうがんのくず煮		豆腐 油あげ みそ ぶた肉 とり肉 生あげ ツナ	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん	だいこん えのきたけ キャベツ とうがん しいたけ えだまめ しょうが	米 パン粉 小麦粉 でんぶん 砂糖 でんぶん	 油	676 860
17	火	<お月見給食> なめし 牛乳 いりどり🍗🍗 里いもコロッケ 月見白玉フルーツ	スプーン	とり肉 ちくわ とり肉 豆乳	牛乳 寒天	だいこんのは にんじん さやいんげん	 こんにゃく ごぼう しいたけ たけのこ りんご ぶどう パイン もも	米 砂糖 さといも パン粉 小麦粉 白玉もち 砂糖	 油 油	712 871
18	水	タコライス 牛乳 コンソメスープ かぼちゃサラダ	スプーン マヨネーズ (個袋)	ぶた肉 大豆 ベーコン	牛乳	にんじん トマト にんじん チンゲンサイ かぼちゃ	キャベツ しょうが にんにく たまねぎ とうもろこし きゅうり えだまめ	米 でんぶん マヨネーズ	油 油	649 810
19	木	ごはん 牛乳 沢煮汁🍤🍤 さばのみそ煮 きゅうりのごま酢あえ		ぶた肉 豆腐 油あげ さば みそ	牛乳	にんじん ねぎ にんじん	ごぼう えのきたけ きゅうり キャベツ	米 砂糖 砂糖	 ごま	646 786
20	金	ごはん 牛乳 とうがんのカレースープ ポロニアカツ 枝豆	スプーン ビニール手袋	ツナ とり肉 大豆	牛乳	にんじん えだまめ	とうがん たまねぎ 	米 じゃがいも 米パン粉 でんぶん	カレールウ 油 油	684 842
24	火	ごはん 牛乳 ぶのみそ汁 あじの磯辺フライ くきわかめのきんぴら🍤🍤		豆腐 みそ あじ ぶた肉 あげはん	牛乳 青のり くきわかめ	ほうれんそう にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう	米 白玉ふ パン粉 でんぶん 小麦粉 砂糖	 油 ごま ごま油 油	669 814
25	水	ブルドボーク風サンド 牛乳 じゃがいものポタージュスープ 小魚🐟🐟	ブルドボークとコールス ローサラダをパンにはさん で食べましょう スプーン	ぶた肉 ベーコン	牛乳 ポタージュスープの素 ホワイトルウ 牛乳 こごかな	にんじん オレガノ パセリ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ	サンドイッチロールパン 砂糖 じゃがいも 砂糖	油 コールスードレッシング バター	696 816
26	木	ごはん 牛乳 春雨とんこつスープ かに玉の甘酢あんかけ 中華サラダ		ぶた肉 卵 かに ハム	牛乳	にんじん ねぎ にんじん しいたけ キャベツ もやし きゅうり	だいこん きくらげ しょうが たけのこ キャベツ	米 はるさめ 小麦粉 砂糖 でんぶん 砂糖	油 油 ごま油 油 ごま油	601 734
27	金	ごはん 牛乳 けんちん汁🍤🍤 揚げなすの肉みそかけ ツナと海藻のサラダ		豆腐 油あげ とり肉 大豆 みそ ツナ	牛乳 寒天 わかめ	にんじん にんじん	だいこん ごぼう しいたけ なす しょうが キャベツ もやし	米 じゃがいも 砂糖 でんぶん	 油 玉ねぎドレッシング	612 754
30	月	しらすと梅のごはん 牛乳 がんもどきと野菜の煮物 れんこんハンバーグ おひたし	しょうゆ (クラス1本)	とり肉 がんもどき とり肉 けずりぶし	牛乳 しらす	ひろしまな みずな だいこんのは にんじん さやいんげん にんじん チンゲンサイ	うめ こんにゃく たまねぎ れんこん たまねぎ もやし キャベツ	米 じゃがいも 砂糖 パン粉 砂糖 でんぶん	ごま 油	653 795

※献立、材料は都合により変更することがあります。

重陽の節句給食

9月9日🌸

ごはん、牛乳、すまし汁、いわしの土佐煮、菊花あえ、栗まんじゅう

9月9日は「重陽の節句」といい、長寿を願う日です。菊が咲き、栗が旬を迎える時季であるため「菊の節句」や「栗の節句」ともいいます。田原市は全国でも有名な菊の産地です。給食では、菊の花びらを入れた「菊花あえ」と「栗まんじゅう」でお祝いします。

お月見給食

9月17日🌕

なめし、牛乳、いりどり、里いもコロッケ、月見白玉フルーツ

1年のうちで最も月が美しく見える旧暦の8月15日を十五夜といい、今年は9月17日です。作物の収穫に感謝し、だんごやすすきを飾り、月をながめて楽しむ風習があります。秋に収穫された里いもが供えられることもあり、「芋名月」ともいわれます。給食では、「里いもコロッケ」、「月見白玉フルーツ」がつかます。

季節の食べ物を食べよう

なし

シャリシャリとした食感が特徴の「なし」は、成分の90%近くが水分です。果汁には、さわやかな酸味があり、夏バテなどの体の疲れをとる働きがあります。おなかの調子を整える食物繊維もあり、便秘を予防します。また、熱を下げる、せきを止める、のどの痛みを和らげるなど効果もあります。

田原市は農業王国

作ったところがわかると安心だね

9月に使う田原産の野菜

チンゲンサイ

しいたけ

とうがん

にんにく

給食の情報は 田原市HPで検索

献立一覧表、給食だより、給食レシピなど掲載しています。

かみかみ献立

かみごたえのある食材を使用した献立です。

田原市給食センター：TEL45-5030 FAX45-3315