



令和7年 学校給食9月分予定献立表

知多市立八幡給食センター

小学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)	
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵・豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		たんぱく質 (g)	
2	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		653	
		こめこのカレーライス	ぶた肉	スキムミルク	にんじん	玉ねぎ グリンピース	じゃがいも	油		
		ハンバーグのたまねぎソースかけ	とり肉 ぶた肉			玉ねぎ	砂糖 でんぶん	大豆油	25.3	
		きょうこう 2つぶ				巨峰				
3	水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		575	
		いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぶん			
		やさいのごまあえ			にんじん 小松菜	はくさい	砂糖	ごま	25.3	
		ぶたじる	ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	大根 ねぎ	砂糖	じゃがいも		
4	木	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		牛乳			中華めん		618	
		ちゅうかかけじる	ぶた肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	もやし キャベツ コーン ねぎ				
		やきぎょうざ 2こ	ぶた肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぶん		26.5	
		ちゅうかサラダ	ツナ		にんじん	きゅうり	砂糖	ごま ごま油		
5	金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		619	
		さといもコロッケ	とり肉				さといも 砂糖 パン粉 小麦粉	油		
		ひじきとだいすのいたために	大豆 とり肉	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	油	23.5	
		とうがんじる	ぶた肉 油揚げ		にんじん ねぎ	とうがん 干しいたけ ねぎ	でんぶん			
8	月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		621	
		あじフリッター 2こ	あじ	オキアミ オオサ			小麦粉 でんぶん 米粉	大豆油 油		
		ビビンバ	ぶた肉		にんじん 小松菜	にんにく もやし	砂糖	ごま油	24.7	
		ピリカラじる	とり肉 豆腐		にんじん ねぎ	大根 白菜キムチ ねぎ	じゃがいも	ごま油		
9	火	ミルクロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		641	
		やきウインナーの ケチャップソースかけ	ウインナー				砂糖 でんぶん			
		グリーンクリームスープ	とり肉	牛乳 スキムミルク 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ コーン えだまめ エリンギ グリンピース	小麦粉	バター 油	25.1	
		ナタデココいりポンチ				パインアップル ナタデココ				
10	水	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		605	
		さばのしおやき	さば							
		こまつなのさっぱりあえ			小松菜 大根葉	もやし	砂糖			
		かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	でんぶん		28.4	
		やさいふりかけ	かつおぶし		しそ かぼちゃ にんじん 広島菜 京菜 大根葉		砂糖			
11	木	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		585	
		けんちんしのだのにくみそかけ	油揚げ 豆腐 たら ぶた肉 とり肉 みそ	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖 でんぶん			
		やさいのおかあえ	かつおぶし		小松菜	はくさい	砂糖		23.9	
		さわにわん	ぶた肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ごぼう 干しいたけ こんにゃく ねぎ	でんぶん			
12	金	ぐろロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		577	
		こもちシシャモフライの レモンソースかけ	ししゃも			レモン果汁	パン粉 小麦粉 でんぶん 砂糖	油		
		ごぼうサラダ	ツナ			ごぼう キャベツ きゅうり コーン		ごまドレッシング	22.8	
		こめこマカロニいりミネストローネ	ペーパン		にんじん トマト パセリ	玉ねぎ コーン	米粉マカロニ			

★つぎのページにつづきます

今月の愛知県産の食材



日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー(kcal)	
			赤体を作る		緑体の調子を整える		黄体を動かすエネルギーになる			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
16	火	魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	他の野菜・果物・きのこ		米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	たんぱく質(g)	
		むぎごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米 大麦		662	
		ハヤシライス	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ グリンピース エリンギ	じゃがいも 小麦粉	油 バター		
		チキンハムステーキ	とり肉 ぶた肉						26.3	
17	水	まめまめサラダ	大豆			キャベツ えだまめ きゅうり		ドレッシング		
		ごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米		595	
		あつやきたまご	卵				砂糖 でんぶん			
		キャベツとたくあんのごまあえ				キャベツ 大根		ごま		
		たまねぎとじゃがいものみそしる	ぶた肉 豆腐 油揚げ みそ	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ エリンギ ねぎ	じゃがいも		25.3	
18	木	ヨーグルト		ヨーグルト						
		ソフトめん ぎゅうにゅう	牛乳				ソフトめん		686	
		こめこのカレーなんばん	ぶた肉 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ にんにく ねぎ				
		こめこチキンカツ	とり肉				米粉 米粉パン粉	油	29.3	
19	金	エリンギとあおなのあえもの		小松菜	エリンギ はくさい	砂糖				
		ごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米		609	
		けんさんおからとだいすの しゅうまい 2c	ぶた肉 おから 大豆		玉ねぎ		小麦粉 でんぶん			
		なすりマーボー豆腐	豆腐 ぶた肉 みそ	しょくいくのひ	にんじん ねぎ	なす 玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	油 ごま油	25.4	
22	月	れいとうみかん				みかん				
		むぎごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米 大麦		590	
		にくひじきごはんのぐ	ぶた肉 とり肉	ひじき		グリンピース にんにく	砂糖			
		ちくわのこめこいそべあげ 2c	ちくわ	あおのり			米粉	油	25.0	
24	水	ごじる	大豆 豆乳 ぶた肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 ねぎ				
		ごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米		630	
		さばのぎんがみやき	さば	みそ			米粉 砂糖			
		にくじやが	ぶた肉 さつまあげ		にんじん	玉ねぎ グリンピース こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	28.7	
25	木	はくさいのこんぶあえ		こんぶ		はくさい				
		クロスロールパン ぎゅうにゅう	牛乳				パン		742	
		だいすいりナゲット 2c	とり肉 大豆		にんじん		でんぶん	油		
		スパゲティイタリアン	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ にんにく	スパゲティ	バター	27.3	
26	金	コールスローサラダ			にんじん	コーン キャベツ		ドレッシング		
		ごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米		583	
		しそいりとりはるまき	とり肉		にんじん ねぎ しそ	玉ねぎ キャベツ ねぎ しょうが	はるさめ 小麦粉 でんぶん	大豆油		
		はっぽうさい	ぶた肉 えび		にんじん ねぎ	たけのこ はくさい しょうが エリンギ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん	油 ごま油	24.0	
29	月	オレンジ				オレンジ				
		むぎごはん ぎゅうにゅう	牛乳				米 大麦		594	
		さわらのさいきょうやき	さわら みそ			しょうが	砂糖 でんぶん			
		キャベツのあかじそあえ			しそ	キャベツ			31.3	
30	火	こうやどうふのたまごとじ	卵 とり肉 高野豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん			
		ミルクロールパン ぎゅうにゅう	牛乳				パン		717	
		とうふハンバーグの きのこソースかけ	豆腐 とり肉			玉ねぎ しめじ	米粉パン粉 ジャガイモ 砂糖 でんぶん	大豆油		
		ツナサラダ	ツナ			キャベツ きゅうり		ノンエッグマヨネーズ	30.0	
		コーンクリームスープ	とり肉	牛乳 スキムミルク 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ コーン	小麦粉	バター 油		

※都合により献立を変更することがあります。※調味料やだし等については記載していません。

おいしく楽しく食べるため！ 食事のマナーを守りましょう

食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、一人一人が食事のマナーを守ることが大切です。新学期が始まります。この機会に、自分の食べ方を見直してみましょう。

