



ホームページで
献立表が確認
できます。

9月献立表



クックパッドで応募
献立や給食の人気
レシピが確認できます。

尾張旭市学校給食センター
小 学 校

日	曜	献立名	主 な 材 料 と 働 き					
			体をつくる		体の調子をととのえる		体を動かすエネルギーとなる	
			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・きのこ・果物	5群 穀物・いも類・さとう	6群 油脂類・種実類
2	火	ごはん 牛乳 チキンカレー 福神漬 フルーツゼリーあえ	とり肉	牛乳	にんじん	たまねぎ りんご 福神漬 りんごゼリー 黄桃 バイロ	米 じゃがいも カレーウ	
		ミルクロールパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 ★いろいろとりなマカロニサラダ	とり肉 ハム	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく きゅうり とうもろこし	ミルクロールパン さとう 米粉 マカロニ	たまごぬきドレッシング
4	木	中華めん 牛乳 塩ラーメン はるまき パンパンジーサラダ	ぶた肉 えび ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん にら にんじん にんじん	キャベツ もやし ねぎ キャベツ もやし エリンギ キャベツ きゅうり	中華めん でんぶん さとう 小麦粉 水あめ さとう	ごま油 たいす油 なたね油 ごま ごま油
		ごはん 牛乳 キャベツ入りメンチカツ きゅうりのごましょうゆ さつま汁	牛肉 ぶた肉 だいず	牛乳		たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	米 でんぶん パン粉 さとう 小麦粉 さとう	植物油 なたね油 ごま ごま油
8	月	ごはん 牛乳 牛肉どんぶり キャベツの塩昆布あえ ♥フローズンヨーグルト	牛肉 焼きどうふ かまぼこ	牛乳	にんじん	たまねぎ しらす キャベツ	米 さとう	ごま油
		麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 焼きぎょうざ(2こ) パンサンデー	とうふ ぶた肉 みそ ぶた肉	牛乳	にんじん にら にんじん	たまねぎ しょうが キャベツ しょうが もやし キャベツ	米 麦 さとう でんぶん でんぶん さとう 小麦粉 さとう	ごま油 ごま油 植物油 ごま油
10	水	レーズンロールパン 牛乳 ◎米粉のかりかり魚フライ ツナサラダ とうがんのコンソメスープ	ホキ まぐろ油つけ ベーコン	牛乳	にんじん	きゅうり とうもろこし とうがん たまねぎ しめじ えのきたけ	レーズンロールパン 米パン粉 じゃがいも でんぶん	なたね油 たまごぬきドレッシング
		麦ごはん 牛乳 ピザパン ナムル ピリ辛スープ	牛肉 たまご とうふ ぶた肉	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん にら	しょうが にんにく 切干大根 もやし はくさい はくさいキムチ	米 麦 さとう でんぶん さとう	なたね油 ごま ごま油
12	金	わかめごはん 牛乳 ◎さばのレモン風味焼き ごぼうサラダ さわにわん	さば まぐろ油つけ ぶた肉 とうふ かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん にんじん	レモン果汁 ごぼう きゅうり とうもろこし たけのこ ねぎ えのきたけ	米 さとう でんぶん	ごまドレッシング
		ごはん 牛乳 ハンバーグのみぞれソースかけ 野菜のしそひじきあえ 呉汁(ごじる)	大豆 ぶた肉 とり肉 まぐろ油つけ とうふ だいず 油あげ みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ だいこん だいこん ねぎ えのきたけ	米 じゃがいも でんぶん さとう	
17	水	ロールパン 牛乳 米粉のコロッケ コンソメスープ パンパンキンスープ	ぶた肉 牛肉 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ えだまめ	ロールパン 米粉 じゃがいも さとう でんぶん 米粉 さとう 小麦粉	なたね油 米油 バター
		きしめん 牛乳 五目きしめん ちくわいのそぼろ揚げ(2こ) ささみと野菜の梅おかかあえ	とり肉 かまぼこ 油あげ ちくわ とり肉 かつおぶし	牛乳	にんじん	はくさい えのきたけ ねぎ しいたけ キャベツ きゅうり うめぼし	きしめん 小麦粉 でんぶん さとう	なたね油
19	金	ごはん ♥はっこう乳 ◎宗田かつおのおかか煮 きゅうりとわかめの酢のもの 豚汁	かつお かつおぶし ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	しょうが きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	米 でんぶん さとう さとう	
		麦ごはん 牛乳 厚揚げカレー丼の具 ◎白身魚フリッター(1こ) キャベツのおかかあえ くるロールパン 牛乳 オムレツのトマトソースかけ れんこんサラダ 野菜たっぷりスープ	生あげ ぶた肉 たら かつおぶし たまご まぐろ油つけ とり肉	牛乳	にんじん にんじん にんじん	たまねぎ えだまめ キャベツ マッシュルーム れんこん きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ	米 麦 でんぶん 小麦粉 でんぶん さとう 米粉 さとう くるロールパン でんぶん さとう さとう じゃがいも	だいたい油 なたね油 たまごぬきドレッシング 米油
25	木	ごはん 牛乳 肉じゃが ◎あじの南蛮漬 冷凍みかん	牛肉 あじ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しらす えだまめ しょうが たまねぎ みかん	米 じゃがいも さとう でんぶん さとう	なたね油
		麦ごはん 牛乳 ◎さんまの銀紙焼き もやしの赤しそあえ とうふ汁	さんま みそ とうふ とり肉 かまぼこ 油あげ	牛乳	にんじん	赤しそ粉 にんじん	米 麦 米粉 さとう	
29	月	ごはん 牛乳 お好みどんぶり もやしのこまあえ みそ汁	とり肉 まぐろ油つけ たまご とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん にんじん にんじん	しいたけ べにしょうが えだまめ もやし だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	米 さとう でんぶん さとう	なたね油 ごま
		ごはん 牛乳 ◎いわしの梅煮 いそ香あえ とうもろこしのうすくず汁	いわし とうふ とり肉	牛乳	赤しそ こまつな にんじん にんじん	梅干し もやし とうもろこし ねぎ	米 でん粉 さとう さとう でんぶん	

※都合により献立や材料を変更する場合があります。♥は直接学校へ配達されるものです。★は応募献立です。◎魚を使った献立は骨に注意して食べましょう。※「あさびースマイル給食」は、副食(おかず)から8大アレルゲン(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)を除去した口です。※学校給食では、アレルギー特定原材料等28品目のうち、「そば・落花生・くるみ・あわび・いくら・カシューナッツ・キウイフルーツ・マダマナッツ・やまいも」の9品目は使用しません。△食物アレルギーのある方へ…献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は、記載していません。詳しい材料が知りたい方は、申し出てください。

☆☆今月のおすすめ地場産物☆☆『とうがん』

「とうがん」は漢字で冬の瓜と書きますが、夏が旬の野菜です。皮が厚いため冬まで保存できることから、この漢字になっています。とうがんには、ビタミンCなどのビタミン類、カルシウムなどのミネラル類が含まれていて、カロリーが低い食べ物です。愛知県ではとうがんがたくさん作られており、全国で2番目に多いです。給食では、尾張旭市の畑でとれたとうがんが入っています。お楽しみに!



『いろいろとりなマカロニサラダ』
あさひちゅうがっこう せいと かんが
旭中学校の生徒が考えました!
★給食では3日に食べます。(作り方はホームページをご覧ください)



毎月19日は「食育の日」
～おうちで ごはんの日～