

令和6年9月分 予定献立表



幼稚園

刈谷市学校給食センター

日 ／ 曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順	赤 主に体の組織をつくる食品	緑 主に体の調子を整える食品	黄 主にエネルギーになる食品	エネルギー (kcal)			
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミ ン 緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ		炭水化 物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類	
3 火	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳		米 玄米			
	カレーシチュー	豚肉		にんじん 赤パプリカ 黄パプリカ	玉ねぎ 枝豆 しょうが	じゃが芋	カレールウ	508
	まぐろカツ	まぐろ			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	18.7
	プチ桃ゼリー					ゼリー		
4 水	肉みそあん 牛乳 (ソフトめん・あん)	豚肉 大豆 豆みそ	飲用牛乳	にんじん さやいんげん	玉ねぎ 干しいたけ	ソフトめん 砂糖 でん粉		518
	鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉		ねぎ				25.3
	千草あえ	油揚げ	ひじき	小松菜 にんじん	もやし	砂糖	ごま ごま油	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
5 木	ベーコンと野菜のラタトゥイユ	ベーコン		ピーマン かぼちゃ トマト	なす 玉ねぎ ズッキーニ にんにく	砂糖	オリーブオイル	454
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 パン粉 小麦粉	米油	14.2
	コールスロー			にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
6 金	ちくわの利休揚げ	ちくわ				小麦粉	ごま 米油	410
	実だくさんみそ汁	豆腐 油揚げ 米みそ 豆みそ		にんじん 小松菜	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋		15.8
	きゅうりとわかめの三杯酢		わかめ		きゅうり	砂糖		
	菊ちらし寿司 牛乳 (麦ご飯・具)	まぐろ油漬け	飲用牛乳	にんじん	れんこん 菊 干しいたけ 枝豆	米 大麦 砂糖		
9 月	けんちんしのだ	豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん				450
	[甘みそ]	甘みそ						17.7
	とうがん汁	豆腐		小松菜	とうがん こんにゃく	でん粉		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
10 火	いわしのオレンジ煮	いわし			オレンジ果汁 オレンジピール			459
	肉じゃが	豚肉		にんじん	こんにゃく 玉ねぎ 枝豆	じゃが芋 砂糖		21.0
	しそきゅうり			赤しそ	きゅうり		ごま	
	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			黒ロールパン		
11 水	ハンバーグのデミグラスソースかけ	豚肉 鶏肉			玉ねぎ しめじ	砂糖	ハヤシルー デミグラスソース 米油	532
	コーンスープ	ベーコン	牛乳	パセリ	玉ねぎ とうもろこし	じゃが芋	ポタージュの素	22.1
	キャベツのアーモンドサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり レモン果汁	砂糖	アーモンド 米油	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
12 木	鶏肉とレバーのねぎソース	鶏肉 鶏レバー		ねぎ	しょうが	でん粉 砂糖	米油	442
	野菜の豆乳みそ汁	生揚げ 豆乳 合わせみそ		小松菜	大根 玉ねぎ	じゃが芋		19.5
	にんじんしりしり	まぐろ油漬け		にんじん	もやし		米油	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
13 金	豆腐のオイスターソースいため	豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ たけのこ	砂糖 でん粉	ごま油	402
	ほうれん草しゅうまい	豚肉		ほうれん草	玉ねぎ	しゅうまいの皮		18.0
	もやしときゅうりのナムル				きゅうり もやし しょうが		ごま油	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
17 火	さばの塩焼き	さば						493
	里芋と根菜のそぼろ煮	鶏肉 生揚げ 豆みそ		にんじん	こんにゃく 枝豆 大根 ごぼう	里芋 砂糖		27.2
	小松菜ともやしのいそ香あえ		のり	小松菜	もやし	砂糖		
	献立表の見方	[] : 卓上物 【 】 : 業者配送 太字 : 新献立 ◆ : 我が家のじまん料理					エネルギー基準値 490kcal	たんぱく質基準値 20.2g

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》

幼児園

18 水	五目うどん (白玉うどん・汁)	牛乳	豚肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん 小松菜	玉ねぎ 干しいたけ	白玉うどん でん粉	545
	メンチカツ		豚肉			玉ねぎ	パン粉 小麦粉	22.4
	ひよこ豆と枝豆のサラダ					キャベツ 枝豆	ひよこ豆	ドレッシング
19 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	五目厚焼き卵		卵 鶏肉		ほうれん草 にんじん	しいたけ たけのこ		432
	野菜と生揚げの豆乳煮		豚肉 生揚げ 豆乳		チンゲンサイ	玉ねぎ キャベツ たけのこ しめじ	ごま	19.6
	すき昆布のいため煮(岩手県)		はんぺん	昆布	にんじん		砂糖	米油
20 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	春巻き		豚肉		にんじん	キャベツ 玉ねぎ しょうが	はるさめ 春巻きの皮	米油
	中華スープ		かまぼこ 豆腐		チンゲンサイ	たけのこ 玉ねぎ	はるさめ でん粉	ごま油
	切り干し大根のカレーいため		豚肉		にんじん さやいんげん	切り干し大根	じゃが芋 砂糖	米油
24 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	ささみフライのトマトソースがけ		鶏肉		トマト	なす 枝豆 みかん果汁	パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	米油
	野菜とベーコンのコンソメみそスープ		ベーコン 米みそ 豆みそ		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ キャベツ		オリーブオイル
	切り干し大根としらすのうめふりかけ	給食センター手作りの ふりかけです。	しらす干し	大根葉 青じそ	切り干し大根 梅	砂糖	ごま ごま油	
25 水	小型ロールパン	牛乳		飲用牛乳			小型ロールパン	
	野菜たっぷり焼きそば		豚肉 ちくわ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ 玉ねぎ	中華そば	米油
	肉団子の甘辛煮		鶏肉			玉ねぎ		
	さわやかフルーツゼリー					黄桃 バイナップル	りんごゼリー	
26 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	ビビンバの具		豚肉		小松菜	もやし にんにく 干しいたけ	砂糖	ごま ごま油
	野菜しゅうまい		たら		にんじん	玉ねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいの皮	
	わかめスープ		ベーコン 豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たけのこ 玉ねぎ とうもろこし	ごま油	
27 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	子持ちししゃもフライのレモン煮			子持ちししゃも		レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	米油
	◆切りばし大根がおいしいとん汁!		豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ		にんじん	こんにゃく 切り干し大根		
	キャベツの昆布あえ	東刈谷小学校6年生 山崎 大雅さんの 我が家のじまん料理です	昆布	チンゲンサイ にんじん	キャベツ		ごま油	
30 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米	
	きのこストロガノフ		豚肉	脱脂粉乳	にんじん パセリ	玉ねぎ にんにく マッシュルーム しめじ えのきだけ	デミグラスソース ハヤシルウ	469
	白身魚の香草焼き		ホキ		バジル		米油	23.6
	ポテトサラダ				にんじん	きゅうり	じゃが芋	ドレッシング

愛知県産の食材 主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 青じそ チンゲンサイ ねぎ パセリ とうがん なす
(今月の予定) 大豆 みそ 豆乳 切り干し大根 干しいたけ 豚肉 しらす干し にんじん れんこん みかん果汁

日本全国味めぐり

今月の味めぐりは
「岩手県」です。

おすすめ

食まる5人がそろって
朝食の組み合わせ

すき昆布のいため煮

「すき昆布のいため煮」は、すき昆布をはんぺんやにんじんと一緒にしょうゆ、砂糖、酒で炒め煮にしたものです。すき昆布は食物繊維やミネラルが豊富で、やわらかな歯ごたえがある岩手県の特産品です。昭和44年頃、沿岸部の舊代村で昆布の養殖とすき昆布の加工が始まり、保存食として岩手県全体に広まりました。現在でも日常的に家庭料理として食べられ、広く地域に根付いています。



切り干し大根としらすの
うめふりかけのおにぎり

9月24日

※日にちは給食での実施日



豚汁

成長期に必要なカルシウムがたっぷりの切り干し大根としらすのうめふりかけは、作り置きもできます。朝の忙しい時間でも簡単に栄養補給ができるのでおすすめです。