

令和7年9月分 予定献立表



特別支援学校

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 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類		
2 火	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ げんまい		小 中高	
	なすとトマトのチキンカレー	とりにく		にんじん あかパパリカ トマト	たまねぎ なす しょうが にんにく		こめあぶら カレールウ	716	788
	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ こむぎこ	こめあぶら	22.3	24.5
	冷凍みかん				みかん				
3 水	肉うどん 牛乳 (白玉うどん・汁)	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	飲用牛乳	にんじん こまつな ねぎ	しょうが たまねぎ ほししいたけ	しらたまうどん さとう		654	719
	さつま芋の天ぷら					さつま芋 こむぎこ	こめあぶら	21.7	23.9
	海そうサラダ		かいそう		キャベツ とうもろこし				
4 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	ビビンバの具	ぶたにく		チンゲンサイ	もやし にんにく ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら	595	655
	にんじんしゅうまい(2個)	たら		にんじん	たまねぎ	しゅうまいのかわ		24.6	27.1
	はるさめスープ	ベーコン とうふ		ねぎ	キャベツ たまねぎ とうもろこし えのきたけ	はるさめ			
5 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	いかカツ	いか				パンこ こむぎこ	こめあぶら	563	619
	とうがん汁	とりにく なまあげ		にんじん ねぎ	とうがん ほししいたけ	でんぶん		22.7	25.0
	じゃが芋のカレーきんぴら			にんじん さやいんげん		じゃがいも さとう	こめあぶら		
8 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	生揚げのオイスターソースいため	ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ しめじ	さとう でんぶん		618	680
	ショーロンポー	ぶたにく			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ ショーロンポーのかわ	とんし	26.4	29.0
	ひじきサラダ		ひじき		えだまめ とうもろこし	さとう	ドレッシング		
9 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	さけの塩焼き	さけ						588	646
	なめこと野菜のみそ汁	とりにく こめみそ		ねぎ にんじん	たまねぎ なめこ	じゃがいも		29.4	32.3
	菊花あえ			こまつな	きく キャベツ	さとう	ねりごま		
10 水	【フローズンヨーグルト】		ヨーグルト						
	黒ロールパン 牛乳		飲用牛乳			くろロールパン			
	ハンバーグのにんじんソースかけ	ぶたにく とりにく		にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん	さとう		553	608
	◆栄養たっぷり！具だくさんミネストローネスープ キャベツとコーンのサラダ	ベーコン カリフラワー オニオン トマト		にんじん トマト	きりぼしだいこん たまねぎ	じゃがいも さとう		23.6	26.0
11 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	たらのみそマヨ銀紙焼き	たら みそ				さとう	ドレッシング	595	655
	生揚げのうま煮	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ しめじ	じゃがいも さとう		29.4	32.3
	きゅうり昆布		こんぶ		きゅうり		ごまあぶら		
12 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	鶏肉とレバーのねぎソース	とりにく とりレバー		ねぎ	しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら	656	722
	チンゲンサイのとろとろ煮	ぶたにく とうふ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ とうもろこし しょうが しめじ	でんぶん		28.3	31.1
16 火	オレンジ				オレンジ				
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	かつおカツ	かつお			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら	561	617
	ちゃんこ煮	とりにくだんご とうふ		にんじん チンゲンサイ ねぎ	こんにやく もやし にんにく			20.7	22.8
	たくあんあえ				キャベツ たくあん				
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 ㊦ 旬の料理				エネルギー基準値 650キロカロリー 715キロカロリー		たんぱく質基準値 26.8グラム 29.4グラム	

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》

特別支援学校

17	豚肉とトマトのスパゲティー (ソフトめん・ソース)	牛乳	ぶたにく	いんようぎゅうにゅう 飲用牛乳	トマト にんじん	たまねぎ しめじ	ソフトめん さとう		625	688
水	チーズオムレツ		たまご	チーズ					28.6	31.5
	えだまめ 枝豆サラダ					キャベツ えだまめ とうもろこし		ドレッシング		
18	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
木	ささみ大葉梅肉フライ		とりにく		あおじそ	うめペースト	パンこ こむぎこ	こめあぶら	601	661
	じゃが芋と生揚げの赤だし		なまあげ まめみそ	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも		25.3	27.8
	チンゲンサイの甘酢あえ				チンゲンサイ	もやし	さとう			
19	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
金	愛知県のなす入りマーボー豆腐		ぶたにく とうふ まめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ 愛知県産なす にんにく	さとう でんぶん		617	679
	焼きぎょうざ(2個)		とりにく ぶたにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ		24.4	26.8
	切り干し中華サラダ					きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら		
22	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
月	レバー入りつくね(2個)		とりにく とりレバー			たまねぎ			560	616
	豚汁		ぶたにく とうふ まめみそ こめみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう だいこん	じゃがいも		24.0	26.4
	小松菜としらすのふりかけ		かつおぶし	しらすぼし	こまつな		さとう	ごま ごまあぶら		
24	ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン			
水	ポークストロガノフ		ぶたにく	だっしふんにゅう	トマト	たまねぎ えだまめ しめじ		デミグラスソース ハヤシルー	678	746
	鶏肉のハーブ焼き		とりにく		バジル パセリ				31.9	35.1
	フルーツのぶどうゼリーあえ					パイナップル おうとう	ぶどうゼリー			
25	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
木	メンチカツ		ぶたにく			たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら	564	620
	のっぺい汁		とりにく あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん	さいとも でんぶん		22.5	24.8
	キャベツの青菜あえ		かつおぶし		ひろしまな だいこんば	キャベツ	さとう			
26	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
金	いわしの煮付け		いわし			しょうが			656	722
	肉じゃが		ぶたにく		さやいんげん にんじん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう		26.9	29.6
	きゅうりとわかめの三杯酢			わかめ		きゅうり	さとう			
29	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
月	ちくわのいそ辺揚げ		ちくわ	あおのりに			こむぎこ	こめあぶら	594	653
	さつま芋と鶏肉のみそ汁		とりにく あぶらあげ あわせみそ		こまつな ねぎ	たまねぎ えのきたけ	さつま芋		23.3	25.6
	きんぴらごぼう				にんじん	ごぼう	さとう	ごまあぶら こめあぶら		
30	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ			
火	厚焼き卵		たまご						572	629
	野菜と高野豆腐のいり煮		とりにく こうやどうふ		にんじん さやいんげん	こんにやく ごぼう たまねぎ	じゃがいも さとう		24.5	27.0
	小松菜ともやしの和風サラダ				こまつな	もやし		ドレッシング		

愛知県産の食材
(今月の予定)

主食 (こめ (刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 さつま芋 こまつな チンゲンサイ ねぎ きく
とうがん なす とりにく ぶたにく しらすぼし にんじん まめみそ きりぼしだいこん ほししいたけ

じもと しゅん あじ ひ
地元の旬を味わう日

こんげつ しゅん
今月の旬は
「なす」です。

なす 主な産地: 東三河地域(豊橋市、岡崎市)

旬の時期: 6月~9月

愛知県のなすの生産量は全国6位です。旬の時期は6月から9月ですが、愛知県では露地栽培とハウス栽培を組み合わせることで、一年中出荷しています。

愛知県で作られているなすは中長形の“千両なす”が中心で、皮・果肉ともに軟らかく、調理しやすいのが特徴です。



おすすめ

食まる5人がそろって
朝食の組み合わせ



小松菜としらすの
ふりかけのおにぎり
9月22日



さつま芋と鶏肉のみそ汁
9月29日
※白にちは給食での実施日

丈夫な歯や骨を作るために必要なカルシウムがたくさん入った小松菜としらすのふりかけは、前日に作り置きできます。おにぎりにするのがおすすめです。