

令和7年9月分 予定献立表



形態食

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名	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	
		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 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	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	なすとトマトのチキンカレー	とりこ		にんじん あかバプリカ 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
	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
	みかんゼリー					ゼリー	
3 水	肉うどん (白玉うどん・汁)	牛乳	ぶたにく 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
	さつま芋の天ぷら					ぎゅうまいも こむぎこ	こめあぶら
	海そうサラダ		わかめ		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
	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	
	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
	とうがん汁	とりこ なまあげ		にんじん ねぎ	とうがん ほししいたけ	でんぶん	
	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	
	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	とし
	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					
	なめこと野菜のみそ汁	とりこ こめみそ		ねぎ にんじん	たまねぎ なめこ	じゃがいも	
	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 とりこ		にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん	さとう	
	◆栄養たっぷり！具だくさんミネストローネスープ	ベーコン かりやん	刈谷市産たいず	にんじん トマト	きりほしたいこん たまねぎ	じゃがいも さとう	
11 木	キャベツとコーンのサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	さばのみそ煮	さば みそ					
	生揚げのうま煮	とりこ 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	
12 金	きゅうり昆布		こんぶ		きゅうり		ごまあぶら
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	鶏肉とレバーのねぎソース	とりこ とりレバー		ねぎ	しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら
	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	
16 火	野菜と果物のゼリー					ゼリー	
	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
	ちゃんこ煮	とりこ・だんご とうふ		にんじん チンゲンサイ ねぎ	こんにゃく もやし にんにく		
16 火	たくあんあえ				キャベツ たくあん		

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》



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

形態食

17 水	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	
	チーズオムレツ		たまご	チーズ				
	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 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	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
	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	
19 金	チンゲンサイの甘酢あえ				チンゲンサイ	もやし	さとう	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	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	
22 月	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	
	切り干しで中華サラダ					きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
24 水	レバー入りつくね(2個)		とりにく とりレバー			たまねぎ		
	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	
	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
25 木	ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン	
	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 ハヤシルウ
	鶏肉のハーブ焼き		とりにく		バジル パセリ			
26 金	フルーツのぶどうゼリーあえ					おうとう	ぶどうゼリー	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	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
29 月	のっぺい汁		とりにく		にんじん ねぎ	だいこん	さといも でんぶん	
	キャベツの青菜あえ		かつおぶし		ひろしまな きょうな だいこんば	キャベツ	さとう	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
30 火	いわしの煮付け		いわし			しょうが		
	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	
	きゅうりとわかめの三杯酢			わかめ		きゅうり	さとう	
31 水	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ちくわのいそ辺揚げ		ちくわ	あおのり			こむぎこ	こめあぶら
	さつま芋と鶏肉のみそ汁		とりにく あわせみそ		こまつな ねぎ	たまねぎ えのきたけ	さつまいも	
1 木	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
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	厚焼き卵		たまご					
2 金	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	
	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 さつまいも 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

地元の旬を味わう日

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

食卓を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
※日には給食での実施日

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、前日に作り置きもできます。おにぎりにするのがおすすめです。