

令和8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	主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		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	米・パン・めん 芋・砂糖	油
2 水	豚肉とトマトのスパゲティー (ソフトめん・ソース)	ぶたにく	牛乳	トマト	にんじん あかパプリカ	たまねぎ エリンギ	ソフトめん さとう
	鶏肉のジンジャーソテー	とりにく				しょうが	こめあぶら
	ひよこ豆のサラダ					キャベツ	ひよこめ
3 木	ご飯 牛乳		牛乳				
	さばの照りマヨ風味	さば					ドレッシング
	肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにやく たまねぎ	じゃがいも さとう	
4 金	切り干し大根の赤じそあえ			あかじそ	きゅうり きりしだいこん		
	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら
7 月	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 えのきたけ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら
	チンゲンサイとわかめのサラダ		わかめ	チンゲンサイ	もやし		ごま ドレッシング
	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
8 火	カレーシチュー	ぶたにく		にんじん あかパプリカ	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	カレールー
	かぼちゃコロッケ	とりにく		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	福神あえ			あおじそ	キャベツ ふくじんづけ		
9 水	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
	ごぼう入りつくね(2個)	とりにく			たまねぎ ごぼう しょうが		
	野菜と生揚げの豆乳煮	ぶたにく なまあげ とうにゅう		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ えのきたけ しめじ	はるさめ	
10 木	菊花あえ			こまつな	きく キャベツ	さとう	ねりごま
	黒ロールパン		牛乳			くるロールパン	
	ハンバーグのアラビアータソースかけ	ぶたにく とりにく		トマト	たまねぎ にんにく	さとう	こめあぶら オリーブオイル
11 金	コーンスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	ポタージュのもと
	フルーツのアセロラゼリーあえ				おうとう	アセロラゼリー	
	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
12 土	サーモンフライ	さけ			しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	[ソース]						
	実だくさんみそ汁	ぶたにく こめみそ まめみそ	わかめ	にんじん ねぎ	こんにやく キャベツ たまねぎ		
13 日	さつま芋の甘辛あえ				えだまめ	さつま芋 さとう	
	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
	厚焼き卵	たまご					
14 月	野菜と高野豆腐のいり煮	とりにく はんぺん こやどうふ		にんじん こまつな	こんにやく ごぼう	じゃがいも さとう	
	切り干し大根としらすの青じそふりかけ		しらす	だいこんば あおじそ	きりしだいこん	さとう	ごま ごまあぶら
	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
15 火	ビビンバの具	ぶたにく		こまつな	もやし にんにく ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら
	コーンしゅうまい(2個)	たら とうふ			たまねぎ とうもろこし	しゅうまいのかわ	
	わかめスープ	とうふ かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ		ごまあぶら
16 水	ご飯 牛乳		牛乳			こめ	
	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
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	きゅうり とうもろこし		ドレッシング
17 木	みかんゼリー					ゼリー	
	肉うどん (白玉うどん・汁)	ぶたにく かまぼこ	牛乳	にんじん こまつな	しょうが たまねぎ ほししいたけ	しらたまうどん さとう	
	まぐろカツ	まぐろ			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら
18 金	キャベツの青菜あえ	かつおぶし		ひろしまな だいこんば	きょうな キャベツ	さとう	
	【フローズンヨーグルト】		ヨーグルト				

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 木	ご飯 牛乳	牛乳	飲用牛乳			こめ	
	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん			
	[甘みそ]	あまみそ					
	鶏団子とはるさめの煮物	とりにくだんご		こまつな にんじん	えのきたけ しめじ キャベツ	じゃがいも はるさめ さとう	
18 金	きゅうりとわかめの三杯酢		わかめ		きゅうり	さとう	
	ご飯 牛乳	飲用牛乳				こめ	
	鶏肉とレバーのヤンニョムだれ	とりにく とりにく とりにく			しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら こめあぶら
	豆腐のオイスターソースいため	とうふ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん	
24 木	もやしときゅうりのナムル				きゅうり もやし しょうが		こめあぶら
	ご飯 牛乳	飲用牛乳				こめ	
	ささみの梅しそフライ	とりにく		あおじそ	うめ	バンこ こむぎこ	こめあぶら
	旬 なすととうがンのみそ汁	ぶたにく とうふ まめみそ こめみそ		にんじん ねぎ	えのきたけ とうがん		
25 金	じゃが芋のカレーいため	ベーコン				じゃがいも	こめあぶら
	ご飯 牛乳	飲用牛乳				こめ	
	さばのみそ煮	さば みそ					
	芋たき	とりにく		にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん こぼう	さといも さとう	
28 月	小松菜のいそ香あえ		のり	こまつな	もやし	さとう	
	こしあんムース					こしあんムース	
	ご飯 牛乳	飲用牛乳				こめ	
	焼きぎょうざ(2個)	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ	
29 火	◆だれもがやみつきになる!?うまさぎ八宝菜	ぶたにく うずらたまご		チンゲンサイ にんじん	しろねぎ ほししいたけ きりしまいたいこん はくさい	でんぶん	
	海そうサラダ		わかめ		きゅうり とうもろこし		
	ご飯 牛乳	飲用牛乳				こめ	
	ちくわのいそ揚げ	ちくわ	あおのり			こむぎこ	こめあぶら
30 水	じゃが芋と鶏肉のみそ汁	とりにく なまあげ まめみそ こめみそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも	
	きんぴらごぼう			にんじん	ごぼう	さとう	こめあぶら
	ミルクロールパン		飲用牛乳			ミルクロールパン	
	白身魚の香草焼き	たら		バジル			こめあぶら
	野菜と鶏肉のラタトゥイユ	とりにく		にんじん ピーマン かぼちゃ トマト	なす たまねぎ にんにく	じゃがいも さとう	オリーブオイル
	コールスロー				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング

愛知県産の食材
(今月の予定)

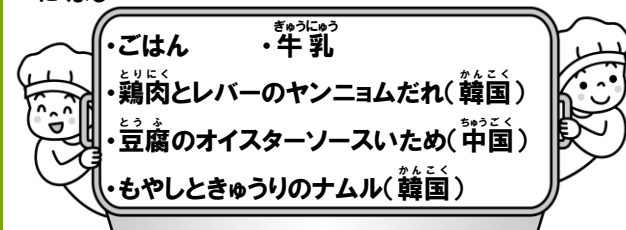
主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 あおじそ こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ パセリ とうがん なす
まめみそ ほししいたけ とりにく ぶたにく しらすぼし うずらたまご

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、幸田町)
旬の時期: 6月~9月

愛知県のなすの出荷量は全国6位です。特に美味しい時期は6月から9月ごろですが、愛知県ではハウス栽培と露地栽培を組み合わせることで、年中出荷されています。愛知県で主に育てられているのは「千両なす」という品種で、皮や実がやわらかく、煮る・揚げる・焼く・蒸すなど、様々な調理に向いているのが特徴です。
また、なすには血液の流れをよくしたり、皮膚を丈夫にしたりする「ナスニン」という栄養素が豊富です。



★9月18日の給食に登場します!

食を通してアジアの国々を知り、アジア競技大会を応援しよう!