

令和8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 羊・砂糖	脂質 油脂・種実類	
2 水	豚肉とトマトのスパゲティー (ソフトめん・ソース)	豚肉	飲用牛乳	トマト にんじん 赤パプリカ	玉ねぎ エリンギ	ソフトめん 砂糖		502
	鶏肉のジンジャーソテー	鶏肉			しょうが		米油	24.6
	ひよこ豆のサラダ				キャベツ	ひよこ豆	ドレッシング	
3 木	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	いわしの煮付け	いわし			しょうが			486
	肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		21.4
4 金	切り干し大根の赤じそあえ			赤じそ	きゅうり 切り干し大根			
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	春巻き	豚肉		にんじん	玉ねぎ キャベツ しょうが しいたけ	はるさめ 春巻きの皮	米油	541
7 月	マーボー豆腐	豚肉 豆腐 豆みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油	19.8
	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	
	金芽玄米ご飯	牛乳	飲用牛乳			米 玄米		
8 火	カレーシチュー	豚肉		にんじん 赤パプリカ	玉ねぎ しょうが にんにく	じゃが芋	カレールー	532
	かぼちゃコロッケ	鶏肉		かぼちゃ	玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油	16.5
	福神あえ			青じそ	キャベツ 福神漬			
9 水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	ごぼう入りつくね	鶏肉			玉ねぎ ごぼう しょうが			404
	野菜と生揚げの豆乳煮	豚肉 生揚げ 豆乳		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ えのきたけ しめじ	はるさめ		17.8
10 木	菊花あえ			小松菜	菊 キャベツ	砂糖	ねりごま	
	黒ロールパン	牛乳	飲用牛乳			黒ロールパン		
	ハンバーグのアラビアータソースかけ	豚肉 鶏肉		トマト	玉ねぎ にんにく	砂糖	米油 オリーブオイル	550
11 金	コーンスープ	ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	玉ねぎ とうもろこし	じゃが芋	ポタージュの素	21.4
	フルーツのアセロラゼリーあえ				黄桃 パイナップル	アセロラゼリー		
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
12 土	子持ちししゃもフライ		子持ちししゃも			パン粉 小麦粉	米油	424
	[ソース]							
	実だくさんみそ汁	豚肉 油揚げ 米みそ 豆みそ	わかめ	にんじん ねぎ	こんにゃく キャベツ 玉ねぎ			16.1
13 日	さつま芋の甘辛あえ					さつま芋 砂糖		
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	厚焼き卵	卵						446
14 月	野菜と高野豆腐のいり煮	鶏肉 はんぺん 高野豆腐		にんじん 小松菜	こんにゃく ごぼう	じゃが芋 砂糖		21.0
	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	
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
15 火	ビビンバの具	豚肉		小松菜	もやし にんにく 干ししいたけ	砂糖	ごま ごま油	444
	コーンしゅうまい	たら 豆腐			玉ねぎ とうもろこし	しゅうまいの皮		21.3
	わかめスープ	豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ しめじ		ごま油	
16 水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			米		
	ポークストロガノフ	豚肉	脱脂粉乳	トマト	玉ねぎ しめじ		デミグラスソース ハヤシルウ	436
	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	17.2
17 木	プーチ桃ゼリー					ゼリー		
	肉うどん (白玉うどん・汁)	豚肉 油揚げ かまぼこ	飲用牛乳	にんじん 小松菜	しょうが 玉ねぎ 干ししいたけ	白玉うどん 砂糖		519
	まぐろカツ	まぐろ			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	21.7
18 金	キャベツの青菜あえ	かつお節		広島菜 京菜 大根葉	キャベツ	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	㊦ 旬の料理	エネルギー基準値 490 kcal	たんぱく質基準値 20.2 g

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

17 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
	けんちんしのだ [甘みそ]	豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん					481
	鶏団子とはるさめの煮物	甘みそ							17.9
	きゅうりとわかめの三杯酢	鶏肉団子		小松菜 にんじん	えのきたけ しめじ キャベツ	じゃが芋 はるさめ 砂糖			
18 金	ご飯	牛乳	アジア大会応援献立	飲用牛乳			米		
	鶏肉とレバーのヤンニョムだれ	鶏レバー 鶏肉	がんばれ 日本!		しょうが	でん粉 砂糖	米油 ごま油		464
	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			21.6
	もやしときゅうりのナムル	豚肉 豆腐			きゅうり もやし しょうが		ごま油		
24 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
	ささみの梅しそフライ	鶏肉	地元の旬を 味わう日	青じそ	梅	パン粉 小麦粉	米油		465
	⑩ なすととうがんのみそ汁	豚肉 豆腐 豆みそ 米みそ		にんじん ねぎ	えのきたけ とうがん 愛知県産なす				21.9
	じゃが芋のカレーいため	ベーコン				じゃが芋	米油		
25 金	ご飯	牛乳	十五夜献立	飲用牛乳			米		
	さばの塩こうじ焼き	さば							441
	芋たき	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	こんにゃく 大根 ごぼう	里芋 砂糖			21.2
	小松菜のいそ香あえ			のり	小松菜	もやし	砂糖		
28 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
	焼きぎょうざ	豚肉 鶏肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	ぎょうざの皮			389
	中華煮	豚肉		チンゲンサイ にんじん	白ねぎ 干しいたけ 切り干し大根 白菜	でん粉			15.9
	海そうサラダ			海そう	きゅうり とうもろこし				
29 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
	ちくわのいそ揚げ	ちくわ		青のり		小麦粉	米油		422
	じゃが芋と鶏肉のみそ汁	鶏肉 生揚げ 豆みそ 米みそ		わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ	じゃが芋		17.1
	きんぴらごぼう			にんじん	ごぼう	砂糖	ごま ごま油 米油		
30 水	ミルクロールパン	牛乳		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			米油		470
	野菜と鶏肉のラタトゥイユ	鶏肉		にんじん ピーマン かぼちゃ トマト	なす 玉ねぎ にんにく	じゃが芋 砂糖	オリーブオイル		24.1
	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)

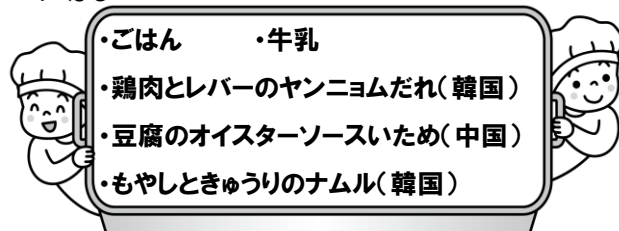
主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 青じそ 小松菜 チンゲンサイ にんじん ねぎ パセリ とうがん なす
豆みそ 干しいたけ 鶏肉 豚肉 しらす干し

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!