



毎月19日は  
「食育の日」  
～お家でごはんの日～



# こんだてよていひょう

(小学校)



2025年 9月分



19回

豊明市立学校給食センター

日	曜	はし	献立名	主な材料名		(赤) おもに体をつくるものになる		(緑) おもに体の調子を整えるものになる		(黄) おもにエネルギーのものになる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
				魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		
2	火		ロウカット玄米ごはん 牛乳 ポークカレー ふくじんだレッシング ★フローズンヨーグルト	ぶた肉 ヨーグルト	飲用牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく りんごピューレ キャベツ 福神づけ	米 ロウカット玄米	じゃがいも カレールウ さとう	油	
3	水		レーズンロールパン 牛乳 白身魚フライ キャロットサラダ ラビオリスープ	ほき ベーコン ぶた肉	飲用牛乳	にんじん にんじん パセリ	ホールコーン 枝豆 玉ねぎ マッシュルーム	レーズンロールパン パン粉 小麦粉 でんぷん さとう	小麦粉 パン粉 でんぷん	油	
4	木		白ごはん 牛乳 絹ごし豆腐のミンチみそ ピーチくさかな 冷凍みかん	絹ごし豆腐 ぶた肉 赤みそ 焼きちくわ オイルツナ	飲用牛乳	ピーマン にんじん	しょうが 玉ねぎ たけのこ みかん	米 さとう	さとう		
5	金		サンドイッチロールパン 牛乳 セルフドッグ(スラッピージョー) グリーンサラダ コンソメスープ	ぶた肉 大豆 ベーコン	飲用牛乳	にんじん にんじん パセリ	玉ねぎ 枝豆 きゅうり キャベツ 玉ねぎ	サンドイッチロールパン さとう	油 コーンクリーミードレッシング		
8	月	○	白ごはん 牛乳 とうふと野菜のよせ揚げ(2個) 三色あえ おじゃがもち汁	とうふ 魚肉 豆乳 とり肉	飲用牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん にんじん	玉ねぎ 枝豆 コーン たくあんづけ 白菜 ねぎ	米 さとう でんぷん 小麦粉 さとう	じゃがいも でんぷん	油	
9	火		クロールパン 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ フルーツゼリーミックス	ぶた肉 ベーコン 大豆	飲用牛乳	にんじん トマトピューレ にんじん	玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり 黄桃シロップづけ パインシロップづけ	クロールパン じゃがいも さとう	コーンシロップ ぶどうゼリー ももゼリー 豆乳ゼリー	油 コーンシロップ	
10	水	○	麦ごはん 牛乳 さば銀紙焼き 千草あえ 吉野汁	さば みそ 油揚げ とり肉 焼きかまぼこ	飲用牛乳	ほうれんそう にんじん にんじん	キャベツ もやし 大根 しょうが ねぎ	米 麦 さとう 米粉	さとう	油	
11	木	○	中華めん 牛乳 五目ラーメンスープ 春巻 きゅうりのごましょうゆ	ぶた肉 なた ぶた肉	飲用牛乳	にんじん にんじん いら	ねぎ 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ キャベツ もやし エリンギ きゅうり	中華めん でんぷん さとう 小麦粉 さとう	油 ごま油 白いりごま ごま油		
12	金	○	麦ごはん 牛乳 スタミナ焼肉丼の具 だし巻きたまご 甘酢あえ	ぶた肉 たまご	飲用牛乳	にんじん ピーマン にんじん	にんにく 玉ねぎ キャベツ きゅうり	米 麦 さとう	でんぷん さとう	油	
16	火	○	わかめごはん 牛乳 ミートかぼちゃフライ アーモンドあえ けんちん汁	ぶた肉 とうふ	飲用牛乳 わかめ	かぼちゃ ほうれんそう にんじん にんじん	もやし こんにゃく ごぼう 大根 ねぎ しょうが	米 さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	さとう	アーモンド粉	
17	水		麦ごはん 牛乳 切干大根のピビンバ 小松菜のナムル わかめスープ	牛肉 ぶた肉 とうふ	飲用牛乳	にんじん 小松菜 にんじん	切干大根 にんにく しょうが もやし 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	米 麦 さとう	さとう 小麦粉 でんぷん でんぷん	油 ごま油 白いりごま ごま油	
18	木		ミルクロールパン 牛乳 じゃがいもとコーンのバター煮 いかメンチフライ ミックスサラダ	とり肉 いか たら	飲用牛乳	にんじん にんじん	玉ねぎ ホールコーン グリンピース キャベツ キャベツ きゅうり 枝豆	ミルクロールパン じゃがいも	マーガリン バター	油 イタリアンドレッシング	
19	金	○	麦ごはん 牛乳 生揚げのふきよせ いわししょうが煮 もみじあえ	生揚げ ぶた肉 いわし	飲用牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが しょうが 大根 きゅうり	米 麦 さとう	さとう でんぷん さとう でんぷん	白いりごま 油	
22	月	○	麦ごはん 牛乳 里もコロケ ごまあえ さわにわん ミニフィッシュ	とり肉 ぶた肉 とうふ ゆば	飲用牛乳	ほうれんそう にんじん にんじん みつば	キャベツ もやし ねぎ えのきたけ	米 麦 里いも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	さとう	油 白いりごま	
24	水		クロスロールパン 牛乳 焼きウインナー ビーンズサラダ コンソメスープ	ウインナー 大豆	飲用牛乳	にんじん パセリ	枝豆 きゅうり ホールコーン クリームコーン 玉ねぎ	クロスロールパン 小麦粉	マーガリン バター	油 サウザンドレッシング	
25	木	○	白玉うどん 牛乳 肉うどんの汁 かみかみかきあげ おひたし	ぶた肉 焼きかまぼこ 油揚げ 大豆	飲用牛乳	ほうれんそう にんじん にんじん みつば	干しいたけ ねぎ 玉ねぎ もやし	白玉うどん さつまいも 小麦粉 でんぷん	油		
26	金	○	麦ごはん 牛乳 照り焼きチキンハンバーグ ぶた肉ととうふのチャンプルー かりかり梅あえ	とり肉 ぶた肉 とうふ かつお節	飲用牛乳	にんじん 赤じそ	玉ねぎ ねぎ しょうが 干しいたけ キャベツ きゅうり 梅	米 麦 でんぷん じゃがいも さとう	でんぷん	油	
29	月		ロールパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 ごぼうのサラダ ★ぶどうゼリー	牛肉 ぶた肉 とり肉	飲用牛乳	にんじん ピーマン トマトピューレ にんじん	玉ねぎ キャベツ しめじ にんにく ごぼう きゅうり ホールコーン	ロールパン さとう パン粉 でんぷん	油 ごまドレッシング		
30	火	○	白ごはん 牛乳 ささみ大葉梅肉フライ 和風マリネ なすのみそ汁	ささみ とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	飲用牛乳	大葉 にんじん	梅 きゅうり ホールコーン なす ねぎ えのきたけ	米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん	さとう	油 ごま油	

◎献立予定表は6つの食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は記載していません。  
アレルギーについては「アレルギー対象食品使用献立一覧表(詳細な献立表)」をご確認ください。

★は、直接学校へ配送されるものです。  
(都合により献立内容が変わる場合があります。ご了承ください。)

(献立について)

- 5日…スラッピージョーはサンドイッチロールパンにはさんで食べてください。
- 12日…スタミナ焼肉丼の具はご飯にのせて食べてください。
- ※2日のふくじんだレッシングに使用するキャベツは、農薬を減らして栽培された物を使用します。
- ※9月に使用する米、なすの一部は豊明市内でとれた物を使用する予定です。
- ☆給食に関する疑問や質問等ありましたら、お気軽に担当の場までお尋ねください。

豊明市立学校給食センター  
中央調理場：電話0562-92-5730(配送校：豊明小・中央小・沓掛小)  
栄調理場：電話0562-97-3901(配送校：栄小・二村台小・大宮小・三崎小・館小)



## 今月のかむかむチャレンジメニュー 22日 ミニフィッシュ



ミニフィッシュはかたくちいわしを乾燥させて甘く味付けした物です。かみごたえがあり、普段の食事で不足しがちな鉄や、カルシウムなどの栄養素を手軽におぎなえる食材です。

