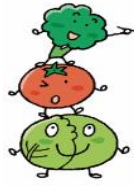




毎月19日は
「食育の日
～お家でごはんの日～」



献立予定表

(中学校)



2026年7月分



12回

豊明市立学校給食センター

日	曜	はし	主な材料名 献立名	(赤) 主に体の組織をつくる		(緑) 主に体の調子を整える		(黄) 主にエネルギーになる	
				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
1	水		麦ごはん 牛乳 切干大根のピビンバ もやしのナムル トッポギスープ	ぶた肉	飲用牛乳	にんじん 小松菜 にんじん にら	切干大根 にんにく しょうが もやし 玉ねぎ 干しいたけ	米 麦 さとう さとう 米粉 でんぷん	油 ごま油 白いりごま
2	木		クロスロールパン 牛乳 クリスピーチキン ビーンズサラダ 夏野菜のミネストローネ	とり肉 大豆 ベーコン	飲用牛乳	にんじん にんじん トマト	にんにく 枝豆 きゅうり にんにく セロリ なす 玉ねぎ ズッキーニ キャベツ	クロスロールパン でんぷん さとう コーン粉 じゃがいも マカロニ	油 サウザンドドレッシング
3	金	○	麦ごはん 牛乳 スタミナ焼肉丼の具 あじフライ きゅうりのごまじょうゆ	ぶた肉 あじ	飲用牛乳	にんじん ピーマン	にんにく 玉ねぎ きゅうり	米 麦 さとう パン粉 小麦粉 米粉 さとう	油 油 白いりごま ごま油
6	月		ミルクロールパン 牛乳 ウインナーとコーンのトマト煮 オムレツ フルーツゼリーミックス	スキンレスウインナー たまご	飲用牛乳	ピーマン トマトピューレ	ホールコーン 玉ねぎ キャベツ 黄桃シロップづけ パインシロップづけ	ミルクロールパン さとう でんぷん りんごゼリー ぶどうゼリー ももゼリー 豆乳ゼリー	油 油
7	火	○	白ごはん 牛乳 星型メンチカツ 和風マリネ きらきら汁	ぶた肉	飲用牛乳	ひじき にんじん にんじん オクラ	玉ねぎ きゅうり ホールコーン 干しいたけ	米 さとう でんぷん パン粉 小麦粉 さとう そうめん	油 ごま油
8	水	○	白ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね(3個) 十六ささげのごまあえ スタミナ汁	とり肉 油揚げ ぶた肉 とうふ 赤みそ 白みそ	飲用牛乳	十六ささげ にんじん	玉ねぎ ごぼう しょうが もやし 玉ねぎ 大根 ねぎ にんにく	米 でんぷん さとう さとう	油 白いりごま 油
9	木	○	麦ごはん 牛乳 ゴーヤととうふのチャンプルー いわし梅煮 みつばのアーモンドあえ	ぶた肉 とうふ いわし	飲用牛乳	にんじん にんじん みつば	にがうり ねぎ しょうが 干しいたけ 梅 キャベツ もやし	米 麦 でんぷん さとう でんぷん さとう	油 油 アーモンド粉
10	金	○	スーちゃん 給食の日 中華めん 牛乳 スーちゃんの野菜ラーメンスープ ひじき入り揚げぎょうざ(3個) コーンサラダ (袋入りスーちゃん玉ねぎドレッシング)	焼きぶた とり肉 大豆粉	飲用牛乳	にんじん にら	玉ねぎ もやし ねぎ キャベツ 玉ねぎ ホールコーン キャベツ きゅうり	中華めん でんぷん さとう 小麦粉	油 油 玉ねぎドレッシング
13	月		サンドイッチバンズパン 牛乳 セルフバーガー(ハンバーグ、 ゆで野菜、袋入りケチャップ) パンプキンスープ	牛肉 ぶた肉 とり肉 ベーコン	飲用牛乳	にんじん かぼちゃ	玉ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ マッシュルーム	サンドイッチバンズパン パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	バター
14	火	○	麦ごはん 牛乳 枝豆コロッケ キャベツとじゃこのあえ物 吉野汁	とり肉 焼きかまぼこ	飲用牛乳	ちりめんじゃこ にんじん にんじん	枝豆 玉ねぎ キャベツ もやし 大根 しょうが ねぎ	米 麦 じゃがいも さとう パン粉 でんぷん 小麦粉 でんぷん	油 ごま油
15	水		ロウカット玄米ごはん 牛乳 キーマカレー ふくじんドレッシング ★フローズンヨーグルト	とり肉	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 ひよこ豆 カレールウ さとう	油 油
16	木	○	白ごはん 牛乳 さんまみぞれ煮 カリカリ梅あえ さわにわん	さんま かつお節 ぶた肉 とうふ ゆば	飲用牛乳	赤じそ にんじん みつば	大根 キャベツ きゅうり 梅 ねぎ えのきたけ	米 さとう でんぷん	

◎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。

★は、直接学校へ配送されるものです。

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。

〈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〉

7日...7月7日の七夕にちなみ、**星型メンチカツ・きらきら汁**を食べます。きらきら汁には星型のかまぼことオクラ、そうめんが入っています。

8日...**十六ささげのごまあえ**の十六ささげは、愛西市及び稲沢市の特産品です。

「あいちの伝統野菜」にも選定されています。

16日...7月19日は「土用(どよう)の丑(うし)の日」です。これにちなみ、「う」のつく食べ物の「うり」「梅」の入った**カリカリ梅あえ**を食べます。

※15日の**ふくじんドレッシング**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。

※7月に使用する米となす、にんにくの一部は豊明市でとれたものを使用する予定です。



今月のピックアップ郷土料理 9日 ゴーヤととうふのチャンプルー(沖縄県)

ゴーヤととうふのチャンプルーは沖縄県の郷土料理です。「チャンプルー」は「混ぜ合わせる」という意味の沖縄の方言で、焼いた島とうふと季節野菜の炒め物です。今回は、旬の野菜の「ゴーヤ(にがうり)」が入っています。一口からチャレンジしましょう。



📢 SNSやクックパッド等の情報発信 📢

給食センターでは、普段子どもたちがどんな給食を食べているのか知ってもらうため、給食写真を豊明市の公式Instagramに掲載しています。また、好評献立を料理検索サイトcookpadでレシピを公開しています。ぜひアクセスしてみてください。



@TOYOAKE_OFFICIAL



cookpad

スーちゃん給食の日 が登場します!!

フードコートでおなじみの名古屋のご当地グルメ「スガキヤラーメン」。実は、そのスープやめんを作っている「寿がきや食品」の本社工場が、豊明市にあることを知っていますか?

給食の中でも大人気のラーメン。これまで「しょうゆ」「みそ」「塩」は登場しましたが、「とんこつ」はありませんでした。子どもたちからの「給食でスガキヤラーメンが食べたい!」という声や、現在整備中の新しい給食センターが本社工場のすぐ隣というご縁もあり、今回、寿がきや食品さんに「共同でラーメンを提供できませんか?」と相談したところ、「ぜひ豊明市の子どもたちに喜んでもらいたい」と快く賛同してくださいました。

今回のメニューを考える中で、寿がきや食品さんの「より多くの子どもたちに食べてほしい!」という強い想いから、お店のスープをベースに改良を重ね、乳アレルギーのある子どもたちも安心して食べられる学校給食用の特製スープを開発していただきました。

当日のメニューは、お店のラーメンの風味を生かしつつ、野菜をたっぷり入れて甘みを加えた特製スープに、千切りにしたスガキヤの肉が入った栄養教諭考案の学校給食の限定メニュー「スーちゃんの野菜ラーメン」です。

さらに、この日の「コーンサラダ」には、お店でも実際に使われているマスコットキャラクター「スーちゃん」のイラスト入りのドレッシングが付きます。

豊明市ならではの特別なコラボ給食を、ぜひ楽しみにしてみてください!



☆給食に関する疑問や質問等ありましたら、お気軽に担当の方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: 豊明中・沓掛中)

栄調理場: 電話0562-97-3901 (配送校: 栄中)