

令和7年9月分学校給食献立表

豊橋市東部学校給食センター

日曜日	曜日	配膳例	食品の種類と体内でののはたらき							エネルギー (kcal) 小学校 中学校	メモらん				
			献立名	①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群							
				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・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 (種実)						
3	水	ごはん 米粉ほきフライ ひじきのいため煮 白みそ汁		牛乳	ほき とり肉 豆腐、油揚げ、白みそ			にんじん、さやいんげん ごまつな	たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ、ごぼう	ごはん 米粉 砂糖	なたね油 米油	617 780			
4	木	ごはん ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) そえやさい 肉じゃが		牛乳	とり肉 豚肉、揚げはんぺん			ごぼう、たまねぎ キャベツ こんにゃく、たまねぎ	にんじん、さやいんげん		じゃがいも、砂糖 米油 米油		616 809		
5	金	ごはん さばのてり焼き そえやさい 五目汁	しそひじきの佃煮	牛乳	さば とり肉、生揚げ			キャベツ、もやし だいこん、ごぼう、たけのこ	にんじん、葉ねぎ			米油		652 818	
8	月	麦ごはん ウインナーとやさいのソテー 備蓄カレーライス ーロアセロラゼリー		牛乳	ウインナーソーセージ			キャベツ、コーン たまねぎ アセロラ	にんじん にんじん			麦ごはん じゃがいも 砂糖	米油	632 755	災害・緊急時用の備蓄カレー
9	火	ごはん サーモンフライ ゆでやさい すまし汁	Pソース	牛乳	さけ 豆腐、かまぼこ、とり肉			キャベツ たまねぎ、たけのこ、えのきたけ				ごはん 小麦粉	なたね油	610 766	
10	水	ごはん ハンバーグの和風あんかけ そえやさい 根菜汁		牛乳	豚肉、とり肉 とり肉、赤みそ、白みそ			たまねぎ キャベツ、コーン こんにゃく、切干しだいこん ごぼう、れんこん、ぶなしめじ	にんじん、葉ねぎ			ごはん 砂糖、でん粉	米油	605 762	
11	木	冷やし白玉うどん 冷やし天ぷらうどん (青じそ入りはんぺんの天ぷら) 肉豆腐	小魚、めんつゆ	牛乳	青じそ入りはんぺん 豚肉、豆腐			白玉うどん 米粉 砂糖、でん粉	にんじん、ごまつな	たけのこ、ぶなしめじ、たまねぎ こんにゃく		じゃがいも 砂糖、でん粉	米油	620 743	冷やし白玉うどん：小麦粉は75%愛知県産 青じそ入りはんぺん：青じそは豊橋産
12	金	ごはん さんまの銀紙焼き 肉だんごのうま煮		牛乳	さんま、赤みそ、白みそ とりだんご、生揚げ			ごはん 砂糖 砂糖、でん粉		れんこん、たけのこ、たまねぎ しいたけ				623 784	
16	火	ごはん チキンカツ 大豆の煮物 かき玉汁		牛乳	とり肉 大豆、油揚げ 豆腐、かまぼこ、卵			ごはん 小麦粉 砂糖 でん粉	にんじん、さやいんげん にんじん、ごまつな	こんにゃく たまねぎ、だいこん、えのきたけ		じゃがいも 白いんげん豆、金時豆	なたね油	658 830	
17	水	クロスロール オムレツ ハムとキャベツのソテー ミックスビーンズと豚肉のトマト煮	牛乳	牛乳	卵 ハム 豚肉、大豆、青大豆			クロスロール		キャベツ たまねぎ		米油 米油		666 778	クロスロール：小麦粉は50%愛知県産
18	木	ごはん キャベツミンチカツ そえやさい とうがんの米粉カレースープ		牛乳	豚肉、とり肉 まぐろ			ごはん 小麦粉 でん粉	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ もやし とうがん、たまねぎ		じゃがいも 白いんげん豆、金時豆	なたね油 米油	621 785	
19	金	ごはん やさいとはるさめのオイスターソースいため マーボー豆腐	さつまいもチップス	牛乳	揚げはんぺん 豚肉、豆腐、大豆 赤みそ、とりレバー			ごはん さつまいもチップス はるさめ、砂糖 でん粉、砂糖	にんじん、さやいんげん 葉ねぎ	キャベツ、しいたけ にんにく、しょうが、たまねぎ たけのこ		ごま、ごま油、米油 米油		635 802	
22	月	麦ごはん 米粉コロッケ えだまめ とりだんご汁	味付けのり	牛乳				麦ごはん 米粉、じゃがいも 砂糖				なたね油		641 802	
24	水	サンドイッチロール ホットドック(ウインナーのケチャップ ソースかけ(小2こ、中3こ)) ホットドック(そえやさい) かぼちゃのポタージュスープ	牛乳	牛乳	ウインナーソーセージ とり肉、豆乳			サンドイッチロール 砂糖 白いんげん豆		キャベツ たまねぎ		米油 米油		669 799	サンドイッチロール：小麦粉は50%愛知県産
25	木	ごはん いわしの梅煮 五目きんぴら	味付乾燥豆腐	牛乳	味付乾燥豆腐 いわし 豚肉、揚げはんぺん			ごはん ごぼう、こんにゃく、たけのこ れんこん		梅 ごぼう、こんにゃく、たけのこ れんこん		砂糖 ごま、ごま油、米油		600 762	
26	金	ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 中華風夏やさいのみそいため		牛乳	豚肉 豚肉、うずら卵、赤みそ			ごはん 小麦粉 砂糖、でん粉	にんじん、ピーマン、トマト	たまねぎ にんにく、たまねぎ、キャベツ、きくらげ		米油		588 767	中華風夏やさいのみそいため：令和6年度アイデア料理コンテスト入賞作品
29	月	麦ごはん ツナそぼろ丼 みそ汁 ぶどうゼリー	牛乳	牛乳	まぐろ 豆腐、油揚げ、赤みそ			麦ごはん 砂糖 じゃがいも 砂糖	にんじん 葉ねぎ	コーン、しょうが ごぼう、だいこん、えのきたけ ぶどう		米油		637 804	
30	火	ごはん とりの竜田揚げ そえやさい 生揚げのくず煮	牛乳	牛乳	とり肉 豚肉、生揚げ			ごはん キャベツ、えだまめ だいこん、たまねぎ、たけのこ しいたけ、しょうが	にんじん、さやいんげん			なたね油 米油		600 764	

- 献立は都合により変更する場合もあります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 献立名の④は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が
必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)

※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。

※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

毎月19日は
『食育の日～おうちでごはんの日』です

学校給食
アイデア料理
コンテスト

9月に提供する「中華
風夏やさいのみそいた
め」は、令和6年度学
校給食アイデア料理コ
ンテストにて、花田小
4年生(当時)東出太陽
さんが豊橋市学校給食
協会理事長賞
を受賞した
献立です。

9月に提供されるかき玉汁、マーボー豆腐、
肉じゃがの調理風景を掲載中！
ぜひご覧ください♪



保健給食課HP



保健給食課公式 YouTube

給食についてのご意見、お問い合わせ先

＊東部給食センター
☎62-9815

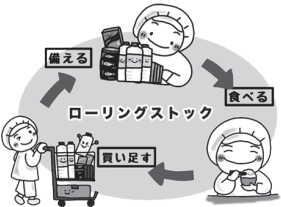
＊保健給食課
☎51-2835



防災について考えよう
9月1日は防災の日

約100年前の9月1日、関東で大きな地震がありました(関東大震災)。この震災を教訓として、1人1人の防災対策の重要性を広く国民に理解してもらうため、9月1日が「防災の日」と制定されました。日本は、台風や豪雨など、様々な自然災害が発生しやすい国です。日頃から災害に備えることが大切です。豊橋市の給食では、災害等により給食センターが緊急停止した時のための食品として「備蓄カレー」があります。緊急時以外に数年ごとに給食で提供し、防災意識を高めるとともに提供した分を買い足すことで賞味期限切れすることなく、備蓄食材を有効活用します。(ローリングストック)

《ローリングストックとは》普段食べている食品を少し多めに買い置きして、食べたらず分の買い足す方法



普段から備蓄食品に慣れておくと、
必要な時に戸惑うこともなく、安心
して食べられる！

こまめに入れ替えるから、
賞味期限切れを防ぐことができる！

“もしも”の時のために備えをすることは大切です。ぜひこの機会にご家庭で確認してみてくださいね。

