

令和7年9月分学校給食献立表

豊橋市曙学校給食センター

| 日曜日 | 曜日 | 配膳例                                                                                                                                       | 食 品 の 種 類 と 体 内 で の は た ら き |                                       |                          |                                                     |                                             |                  |                                            | エネルギー<br>(kcal)<br><br>小学<br>中学・<br>高等            | 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<br>大豆・大豆製品                      | 牛乳・乳製品<br>小魚・海そう         | 緑黄色野菜                                               | その他の野菜<br>果物                                | 米・パン・めん<br>いも・砂糖 | 油 脂<br>(種 実)                               |                                                   |      |
| 3   | 水  | <div>麦ごはん 牛乳</div> <div>ウインナーとやさいのソテー</div> <div>米粉カレーライス</div> <div>ーロアセロラゼリー</div>                                                      |                             | ウインナーソーセージ<br>豚肉、大豆                   | にんじん<br>にんじん             | キャベツ、コーン<br>たまねぎ<br>アセロラ                            | 麦ごはん<br>じゃがいも<br>砂糖                         | 米油<br>米油         | 609<br>772                                 |                                                   |      |
| 4   | 木  | <div>皿</div> <div>クロスロール 牛乳</div> <div>オムレツ</div> <div>ハムとキャベツのソテー</div> <div>ミックスビーンズと豚肉のトマト煮</div>                                      |                             | 卵<br>ハム<br>豚肉、大豆、青大豆                  |                          | キャベツ<br>たまねぎ                                        | クロスロール<br>じゃがいも<br>白いんげん豆、金時豆               | 米油<br>米油         | 666<br>778                                 | クロスロール：小麦粉は 50%<br>愛知県産                           |      |
| 5   | 金  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>とりの竜田揚げ</div> <div>そえやさい</div> <div>生揚げのくず煮</div>                                                                  |                             | とり肉<br>豚肉、生揚げ                         | にんじん、さやいんげん              | キャベツ、えだまめ<br>だいこん、たまねぎ、たけのこ<br>しいたけ、しょうが            | ごはん<br>なたね油<br>米油                           | 600<br>764       |                                            |                                                   |      |
| 8   | 月  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>米粉ほきフライ</div> <div>ひじきのいため煮</div> <div>白みそ汁</div>                                                                  |                             | ほき<br>とり肉<br>豆腐、油揚げ、白みそ               | にんじん、さやいんげん<br>ごまつな      |                                                     | ごはん<br>米粉<br>砂糖                             | なたね油<br>米油       | 617<br>780                                 |                                                   |      |
| 9   | 火  | <div>皿</div> <div>サンドイッチロール 牛乳</div> <div>ホットドック(ウインナーのケチャップ<br/>ソースかけ(小2こ、中高3こ))</div> <div>ホットドック(そえやさい)</div> <div>かぼちゃのポタージュスープ</div> |                             | ウインナーソーセージ<br>とり肉、豆乳                  | 生クリーム、調理用牛乳<br>にんじん、かぼちゃ | キャベツ<br>たまねぎ                                        | サンドイッチロール<br>砂糖<br>白いんげん豆                   | 米油<br>米油         | 669<br>799                                 | サンドイッチロール：小麦粉<br>は 50%愛知県産                        |      |
| 10  | 水  | <div>麦ごはん 牛乳</div> <div>ツナそぼろ丼</div> <div>みそ汁</div> <div>ぶどうゼリー</div>                                                                     |                             | まぐろ<br>豆腐、油揚げ、赤みそ                     | にんじん<br>葉ねぎ              | コーン、しょうが<br>ごぼう、だいこん、えのきたけ<br>ぶどう                   | 麦ごはん<br>砂糖<br>じゃがいも<br>砂糖                   | 米油               | 637<br>804                                 |                                                   |      |
| 11  | 木  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>ごぼう入りつくね(小2こ、中高3こ)</div> <div>そえやさい</div> <div>肉じゃが</div>                                                          |                             | とり肉<br>豚肉、揚げはんぺん                      | にんじん、さやいんげん              | ごぼう、たまねぎ<br>キャベツ<br>こんにゃく、たまねぎ                      | ごはん<br>米油<br>米油                             | 616<br>809       |                                            |                                                   |      |
| 12  | 金  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>さんまの銀紙焼き</div> <div>肉だんごのうま煮</div>                                                                                 |                             | さんま、赤みそ、白みそ<br>とりだんご、生揚げ              | にんじん、さやいんげん              | れんこん、たけのこ、たまねぎ<br>しいたけ                              | ごはん<br>砂糖<br>砂糖、でん粉                         |                  | 623<br>784                                 |                                                   |      |
| 16  | 火  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>ハンバーグの和風あんかけ</div> <div>そえやさい</div> <div>根菜汁</div>                                                                 |                             | 豚肉、とり肉<br>とり肉、赤みそ、白みそ                 | にんじん、葉ねぎ                 | たまねぎ<br>キャベツ、コーン<br>こんにゃく、切干しだいこん<br>ごぼう、れんこん、ぶなしめじ | ごはん<br>砂糖、でん粉<br>じゃがいも                      | 米油               | 605<br>762                                 |                                                   |      |
| 17  | 水  | <div>皿</div> <div>冷やし白玉うどん 牛乳</div> <div>冷やし天ぷらうどん<br/>(青じそ入りはんぺんの天ぷら)</div> <div>肉豆腐</div>                                               | 小魚、めんつゆ                     | 青じそ入りはんぺん<br>豚肉、豆腐                    | にんじん、ごまつな                |                                                     | 白玉うどん<br>米粉<br>砂糖、でん粉                       | なたね油<br>米油       | 630<br>743                                 | 冷やし白玉うどん：小麦粉は<br>75%愛知県産<br>青じそ入りはんぺん：青じそ<br>は豊橋産 |      |
| 18  | 木  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>いわしの梅煮</div> <div>五目きんぴら</div>                                                                                     | 味付乾燥豆腐<br>いわし               | 味付乾燥豆腐<br>いわし<br>豚肉、揚げはんぺん            | にんじん、さやいんげん              | 梅<br>ごぼう、こんにゃく、たけのこ<br>れんこん                         | ごはん<br>砂糖<br>ごま、ごま油、米油                      |                  | 600<br>762                                 |                                                   |      |
| 19  | 金  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>チキンカツ</div> <div>大豆の煮物</div> <div>かき玉汁</div>                                                                       |                             | とり肉<br>大豆、油揚げ<br>豆腐、かまぼこ、卵            | にんじん、さやいんげん<br>にんじん、ごまつな | こんにゃく<br>たまねぎ、だいこん、えのきたけ                            | ごはん<br>小麦粉<br>砂糖<br>でん粉                     | なたね油             | 658<br>830                                 |                                                   |      |
| 22  | 月  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>米粉コロッケ</div> <div>えだまめ</div> <div>とりだんご汁</div>                                                                     | 味付けのり                       | 牛乳、味付けのり<br>とりだんご、豆腐                  | にんじん、葉ねぎ                 | えだまめ<br>たまねぎ、ごぼう、ぶなしめじ                              | ごはん<br>米粉、じゃがいも<br>なたね油                     |                  | 641<br>802                                 |                                                   |      |
| 24  | 水  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>さばのてり焼き</div> <div>そえやさい</div> <div>五目汁</div>                                                                      | しそひじきの佃煮<br>さば              | 牛乳、しそひじきの佃煮<br>さば                     | にんじん、葉ねぎ                 | キャベツ、もやし<br>だいこん、ごぼう、たけのこ                           | ごはん<br>でん粉<br>米油                            |                  | 652<br>818                                 |                                                   |      |
| 25  | 木  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>キャベツミンチカツ</div> <div>そえやさい</div> <div>とうがんの米粉カレースープ</div>                                                          |                             | 豚肉、とり肉<br>まぐろ                         | にんじん<br>にんじん、さやいんげん      | キャベツ<br>もやし<br>とうがん、たまねぎ                            | ごはん<br>小麦粉<br>なたね油<br>米油                    | 621<br>785       |                                            |                                                   |      |
| 26  | 金  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>しゅうまい(小2こ、中高3こ)</div> <div>中華風夏やさいのみそいため</div>                                                                     |                             | 豚肉<br>豚肉、うずら卵、赤みそ                     | にんじん、ピーマン、トマト            | たまねぎ<br>にんにく、たまねぎ、キャベツ、きくらげ                         | ごはん<br>小麦粉<br>砂糖、でん粉<br>米油                  | 592<br>773       | 中華風夏やさいのみそいため：<br>令和6年度アイデア料理コン<br>テスト入賞作品 |                                                   |      |
| 29  | 月  | <div>ごはん 牛乳</div> <div>サーモンフライ</div> <div>ゆでやさい</div> <div>すまし汁</div>                                                                     | Pソース                        | さけ<br>豆腐、かまぼこ、とり肉                     | わかめ<br>にんじん、ごまつな         | キャベツ<br>たまねぎ、たけのこ、えのきたけ                             | ごはん<br>小麦粉<br>なたね油                          | 610<br>766       |                                            |                                                   |      |
| 30  | 火  | <div>麦ごはん 牛乳</div> <div>やさいとほろぎのオイスターソースいため</div> <div>マーボー豆腐</div>                                                                       | さつまいもチップス                   | 牛乳<br>揚げはんぺん<br>豚肉、豆腐、大豆<br>赤みそ、とりレバー | にんじん、さやいんげん<br>葉ねぎ       | キャベツ、しいたけ<br>にんにく、しょうが、たまねぎ<br>たけのこ                 | 麦ごはん<br>さつまいもチップス<br>ほろぎ、砂糖<br>でん粉、砂糖<br>米油 | 647<br>802       |                                            |                                                   |      |

- 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㊦は学校へ直送します。
- 小学部のエネルギー(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

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！

「備蓄カレー」の詳細な情報については、こちらをご覧ください。



“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。

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

＊曙給食センター

☎21-6071

＊保健給食課

☎51-2835