

# 令和6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	配膳例	献立名	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
				赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
4	水	ごはん 大豆サラダ 備蓄カレーライス 一口アセロラゼリー	牛乳 P卵無マヨネーズ 大豆	牛乳	にんじん にんじん	キャベツ、きゅうり たまねぎ アセロラ	ごはん じゃがいも じゃがいも 砂糖	卵無マヨネーズ	744 624	災害・緊急時用の備蓄カレー	
5	木	ごはん さばのてり焼き そえやさい 五目汁	牛乳	牛乳	さば とり肉、生揚げ	にんじん、こまつな キャベツ、もやし だいこん、ごぼう、たけのこ	ごはん でん粉	米油	796 630		
6	金	麦ごはん チキンハムカツ そえやさい 生揚げのくず煮	牛乳 しそひじきの佃煮	牛乳 しそひじきの佃煮	とり肉	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	麦ごはん でん粉	米油 米油	826 652		
9	月	ごはん あじフライ ゆでやさい 白みそ汁	牛乳 Pソース	牛乳	あじ 豆腐、油揚げ、白みそ	にんじん 葉ねぎ	キャベツ たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ	ごはん 小麦粉	米油	773 616	
10	火	サンドイッチロール ホットドック(ウインナーソーセージ) (小2こ、中3こ) ホットドック(ゆでやさい) かぼちゃのポタージュスープ	牛乳 ケチャップ	牛乳	ウインナーソーセージ	キャベツ たまねぎ	サンドイッチロール		799 670	サンドイッチロール：小麦粉は50%愛知県産	
11	水	ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 茎わかめのきんぴら 中華いため煮	牛乳	牛乳	豚肉 茎わかめ	にんじん れんこん	ごはん 小麦粉	ごま、米油 米油	788 604		
12	木	ごはん ざといもコロッケ ゆでやさい とりだんご汁 月見ゼリー	牛乳 Pソース	牛乳	とり肉 とりだんご、豆腐	こまつな にんじん、葉ねぎ	キャベツ たまねぎ、ごぼう、えのきたけ ブルーベリー、いちご、りんご みかん	ごはん ざといも、小麦粉	米油	845 682	9月17日は中秋の名月 月見ゼリー：ブルーベリー、いちご、りんご、みかん味
13	金	ごはん いわしの梅煮 そえやさい 五目きんぴら	牛乳	牛乳	いわし 豚肉、揚げはんぺん	にんじん にんじん、さやいんげん	梅 キャベツ ごぼう、こんにゃく、たけのこ	ごはん 砂糖	米油 ごま、ごま油、米油	778 615	
17	火	麦ごはん ツナそぼろ丼 みそ汁 冷凍りんご	牛乳	牛乳	まぐろ 豆腐、油揚げ、赤みそ	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 りんご	麦ごはん 砂糖	米油	793 627	
18	水	中華めん 米粉きょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい やさいラーメン	牛乳 小魚	牛乳、小魚	豚肉	にんじん、チンゲンサイ	キャベツ もやし たまねぎ、キャベツ、コーン ぎくらげ	中華めん 米粉	米油 米油 ごま油、米油	763 616	中華めん：小麦粉は100%愛知県産
19	木	わかめごはん 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	牛乳	とり肉 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 キャベツ こんにゃく、たまねぎ	わかめごはん	米油 米油	811 619	
20	金	ごはん サーモンフライ ゆでやさい すまし汁	牛乳 Pソース	牛乳	さけ 豆腐、とり肉、かまぼこ	にんじん、みつば	キャベツ たまねぎ、たけのこ、しいたけ	ごはん 小麦粉	米油	752 599	
24	火	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	牛乳	豚肉、とり肉 とり肉、赤みそ、白みそ	にんじん、葉ねぎ	たまねぎ キャベツ、コーン こんにゃく、切干しいたけ ごぼう、れんこん、ぶなしめじ	ごはん 砂糖、でん粉	米油	787 627	
25	水	クロスロール オムレツ ハムとキャベツのソテー お豆のトマト煮	牛乳	牛乳	卵 ロースハム 豚肉、大豆、金時豆 白いんげん豆	にんじん、トマト、パセリ	キャベツ たまねぎ、えだまめ	クロスロール	米油 米油	765 656	クロスロール：小麦粉は50%愛知県産
26	木	麦ごはん キャベツミンチカツ そえやさい とうがんのカレースープ	牛乳 味付乾燥豆腐	牛乳	味付乾燥豆腐 豚肉、とり肉 まぐろ	こまつな にんじん、さやいんげん	キャベツ もやし とうがん	麦ごはん 小麦粉	米油 米油	810 646	とうがんのカレースープ：とうがんは豊橋産
27	金	ごはん やさいとほろめのおいスターソースいため マーボー豆腐	牛乳 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	チンゲンサイ、にんじん 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	ごはん、さつまいもチップス ほろめ、砂糖	ごま、ごま油、米油 米油	814 645	
30	月	ごはん チキンカツ そえやさい かき玉汁	牛乳 ひじきかつおのふりかけ	牛乳	とり肉	こまつな にんじん、葉ねぎ	キャベツ たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 小麦粉	米油 米油	763 609	

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の⑩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(パック)…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。

### 備蓄カレーについて

災害等により給食センターが緊急停止した時のための備蓄食品です。防災の日(9月1日)にちなんだ給食の献立として提供します。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、備蓄食料を有効活用します(ローリングストック)。ご家庭でも「もしも」の時の備えについて確認してみてください。備蓄カレーの原材料は以下のとおりです。食物アレルギー等の理由で食べることができない方は、学校へご連絡ください。

野菜(玉ねぎ、じゃがいも、にんじん)、パーム油、砂糖、デキストリン、カレーパウダー、トマトペースト、食塩、ガーリックペースト、ローストココナッツペースト、酵母エキス、かつおぶしエキス、香辛料/増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンC)、香料、香辛料抽出物

※さらに詳しい配合割合等の情報が必要な場合は、お近くの給食センター又は保健給食課にてご確認ください。

### 魚の骨について

魚にも人間のように骨があり、大きさ・種類によって固さが違います。魚の骨には栄養があり、骨ごと食べられる魚もあります。

ゆっくりよくかんで食べることで骨に気づくことができます。給食ではよくかんで食べましょう。

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

保健給食課HP 保健給食課公式YouTube

毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です