

9月 小学校給食献立表



目標

みんなで協力して食事の準備をしよう

大府市教育委員会

日曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
3 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		578
	とりにくのこうみやき	鶏肉			しょうが にんにく	でんぷん		
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
	みだくさんじる	豚肉 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう ねぎ えのきたけ	じゃがいも		
	きよほう(2こ)				巨峰		26.3	
4 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		557
	こめこのホキフライ	ホキ				米粉	米油	
	ぶたにくとだいのうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにやく	砂糖		
	オクラのごまあえ			オクラ		砂糖	ごま	
5 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		564
	やきなすのにくみそかけ	鶏肉 鶏レバー みそ			なす しょうが	砂糖	米油	
	やきぶたとやさいのいためもの	焼き豚		チンゲンサイ 赤ピーマン	キャベツ コーン		米油	
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ		20.8	
6 金	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		573
	ピリからラーメンスープ	豚肉 みそ		にんじん にら	もやし キャベツ キムチ			
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 でんぷん	米油	
	きりぼしだいのちゅうかあえ	ツナ			きゅうり 切り干し大根	砂糖	ごま油	
9 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		630
	さんまのぎんがみやき	さんま みそ				砂糖 米粉		
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにやく	じゃがいも 砂糖		
	あおなとコーンのいためもの	ささみ		チンゲンサイ にんじん	コーン		米油	
10 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		558
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ 切り干し大根 干しいたけ	砂糖 でんぷん		
	れんこんとぶたにくのあまからいため	豚肉		にんじん	れんこん 枝豆	砂糖	米油	
	キャベツときゅうりのこんぶあえ		塩こんぶ		キャベツ きゅうり		25.1	
11 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		589
	さけフライのレモンソースかけ	さけ			レモン果汁	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉	米油	
	ちぐさあえ			ほうれんそう にんじん	もやし キャベツ	砂糖		
	さつまじる	鶏肉 油揚げ みそ		ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	さつまいも	23.7	
12 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		606
	マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	にんじん チンゲンサイ	コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	れいとうみかん				みかん		24.2	
13 金	ツイストパン 牛乳		牛乳			パン		600
	あじフリッター(1~3ねん1こ、4ねん~2こ)	あじ	オキアミ			小麦粉 でんぷん 砂糖	油	
	とうがんにいりやさいのスープに	鶏肉		にんじん	玉ねぎ とうがん コーン	じゃがいも		
	ピーマンとウインナーのソテー	ウインナー		ピーマン	キャベツ		米油	
17 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		652
	さといもコロッケ	鶏肉				さといも パン粉 砂糖 小麦粉	米油	
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぷん		
	つきみだんご					米粉 砂糖 でんぷん	22.2	



おぶちゃんマーク

3日(火)
きよほう
(大府市産)



お月見を楽しんでみませんか?

秋の行事といえば、「お月見」です。旧暦8月15日の十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、夜空に浮かぶ月を眺めながら、収穫に感謝してお祝いする風習があります。中秋の名月は、別名で「芋名月」ともいい、里いもをお供えしたり、里いも料理を食べたりする習慣もあります。また、お月見に欠かせないのが、お米から作る月見団子です。地域によって異なり、満月を見立てた丸い形や、里いもの形のものなど、さまざまです。



2024年の十五夜は9月17日です。

9月 小学校給食献立表



目標

みんなで協力して食事の準備をしよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
18 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		589	
	ハヤシライス	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン		
	まめまめサラダ (わふうドレッシング)	ツナ 大豆 赤いんげん豆 青えんどう豆 ひよこ豆			キャベツ コーン		ドレッシング		
	れいとうパン				パイナップル	砂糖			
19 木	とりめし(アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	干しいたけ	アルファ化米 砂糖 アルファ化もち米	米油	587	
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん			
	きゅうりとたくあんのごまあえ				きゅうり 大根漬け		ごま		
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう ねぎ				
20 金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		631	
	ごもくかけじり	鶏肉 油揚げ かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しめじ	でんぷん			
	あいちしそいりとりはるまき	鶏肉		ねぎ しそ にんじん	玉ねぎ キャベツ ねぎ しょうが	はるさめ でんぷん 砂糖 小麦粉	米油 油		
	こまつなのおかかあえ	かつお節		こまつな	もやし コーン	砂糖			
24 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		600	
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉			
	はっぼうさい	豚肉 うずら卵 えび いか		にんじん チンゲンサイ	はくさい しょうが 干しいたけ たけのこ 玉ねぎ	でんぷん	米油 ごま油		
	もやしのあえもの			にんじん	もやし	砂糖	ごま油		
25 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		597	
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも			
	チキンとれんこんのサラダ (ごまドレッシング)	ささみ			コーン れんこん キャベツ		ごまドレッシング		
	なし				なし				
26 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		590	
	キャベツいりメンチカツ	豚肉 牛肉			キャベツ 玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉 砂糖	米油		
	ゆでえだまめ				枝豆				
	とうがんじる	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	とうがん ねぎ 干しいたけ				
27 金	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		611	
	やきウインナー(1~3ねん 1ぼん、4ねん~2ぼん)	ウインナー							
	ラタトゥイユ	豚肉 ベーコン		かぼちゃ トマト にんじん	玉ねぎ ズッキーニ なす にんにく		オリーブ油		
	ツナサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング		
30 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		603	
	ピビンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油		
	(やさいナムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油		
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油		
	ワンタンスープ	鶏肉		にんじん ねぎ チンゲンサイ	干しいたけ 玉ねぎ ねぎ	ワンタン皮			
	ヨーグルト		ヨーグルト						

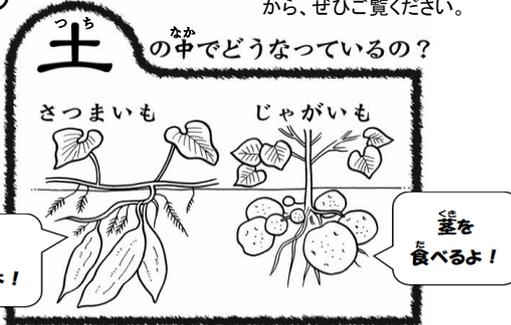
平均値	595
	24.2
基準値	640
	26.5

食塩相当量(g)	
平均値	1.9
基準値	2.0



19日(木)
とりめし
(郷土料理)

大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。是非、ご覧いただき、家庭でもお試しください。
ただいま、レシピをリニューアル中です。今までの【学校給食でお勧めレシピ】は旧QRコードからご覧いただくことができます。適塩などの観点から、調味料の分量や食材の見直しをしているレシピへは新QRコードから、ぜひご覧ください。



＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞
かぼちゃ・きゅうり・こまつな・チンゲンサイ・とうがん・トマト・キャベツ・たけのこ・パセリ・れんこん・さつまいも・なす・じゃがいも・ねぎ・ほうれんそう・切り干し大根・なし・きよほう

・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。