



9月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月の献立目標 夏バテを回復する食事をとろう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
① 3 火	玄米ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがのおの夏野菜カレー	豚肉		かぼちゃ トマト にんじん ピーマン	たまねぎ なす しょうが にんにく	カレールウ	
	ツナサラダ 冷凍みかん	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし みかん	砂糖	オリーブ油
4 水	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	いか団子汁	たら いか		ほうれん草 にんじん	大根 ねぎ		
	あつあげと小松菜のあんかけ フローズンヨーグルト	生揚げ 豚肉		にんじん 小松菜	しょうが	砂糖 でん粉	ごま油
5 木	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン	
	大豆とウインナーのトマト煮	大豆 ポークウインナー		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム セロリ にんにく	じゃがいも 砂糖	
	コールスローサラダ	鶏肉		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング
6 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ		ごま油
	鶏肉のてりかけ きゅうりのゆかり和え	鶏肉		赤しそ	きゅうり	砂糖 でん粉 砂糖	米油
① 9 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚汁	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ	さといも	
	まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのみり	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが 大根	砂糖 砂糖	
10 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	八宝菜	うずら卵 いか 豚肉		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこ	でん粉 砂糖	ごま油
	揚げぎょうざ(3個) もやしのナムル	豚肉 鶏肉			キャベツ たまねぎ もやし	小麦粉 砂糖	米油 白ごま ごま油
11 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	かきたま汁	豆腐 卵 かまぼこ		にんじん	たまねぎ えのきたけ ねぎ	でん粉	
	ささみしそ梅肉フライ ブロッコリーのおかか和え	鶏肉 花かつお		青じそ ブロッコリー	梅	パン粉 小麦粉 砂糖	米油
12 木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	きのことコーンのポターージュ	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし ぶなしめじ エリンギ	ホワइटルウ	バター
	ジャーマンポテト いちじくジャム	ベーコン			たまねぎ いちじく	じゃがいも 水あめ 砂糖	米油
13 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚丼の具	豚肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
	里芋コロッケ もやしとひじきの和え物	鶏肉		ひじき	ほうれん草 もやし	里芋 パン粉 砂糖	米油
17 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	お月見汁	豆腐 鶏肉 かまぼこ			大根 ねぎ えのきたけ		
	いわしのしょうが煮 きゅうりのごまじょうゆ和え 月見団子	いわし 花かつお			しょうが きゅうり		白ごま ごま油
18 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	ごじる	豆腐 大豆 油揚げ 豆乳 あわせみそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ		
	ひじき入り親子そばろ いわしの干し小魚	鶏肉 卵	ひじき いわし	にんじん	たまねぎ とうもろこし	砂糖 砂糖	
19 木	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん	
	しょうゆラーメンのスープ	豚肉 なんと	わかめ	にんじん	もやし ねぎ たけのこ		ごま油
	あいちのしそ入り春巻き 切り干し大根と小松菜の和え物	鶏肉		青じそ 小松菜	たまねぎ キャベツ 切り干し大根	小麦粉 砂糖	米油 ごま油

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)を使用していない献立です(調味料を除く)。

日 曜	9月 献立名	主な材料とその働き					
		赤体をつくる		緑体の調子を整える		黄体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜 ビタミン	その他の野菜・果物・きのこ 無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
㊦ 20 金	ごはん はっこう乳		はっこう乳			米	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにやく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	三色あえ	まぐろ油漬け		小松菜 にんじん	もやし 切り干し大根	砂糖	白ごま
24 火	ブルー				ブルー		
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	ジャーチャンドウフ	生揚げ 豚肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ しょうが	砂糖 でん粉	
25 水	パンパンジーサラダ 冷凍みかん			にんじん	きゅうり とうもろこし みかん	砂糖	白ごま ごま油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	里芋の煮物	がんとどき		にんじん さやいんげん	大根 しいたけ	さといも 砂糖	
26 木	さば銀紙焼き	さば みそ				砂糖	
	もやしの塩昆布和え		昆布	ほうれん草 にんじん	もやし	砂糖	
	おはぎ					小豆 もち米 砂糖	
27 金	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	ABC スープ	鶏肉		にんじん	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも ひよこ豆 パスタ	
	ロングハンバーグの トマトソースかけ	豚肉 鶏肉		トマト 黄ピーマン 赤ピーマン にんじん	たまねぎ ズッキーニ	米粉 砂糖	米油
28 土	フレンチサラダ			にんじん	キャベツ		ドレッシング
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	とうがんのカレースープ	鶏肉		にんじん	とうがん たまねぎ とうもろこし エリンギ	カレールウ	
29 日	豚肉のしょうが炒め	豚肉		にんじん ピーマン	もやし たまねぎ しょうが	砂糖 でん粉	
	ぶどうゼリー				ぶどう	砂糖	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
30 月	ハッシュドビーフ	牛肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース にんにく	砂糖 ハヤシルウ	
	ごぼうサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	ごぼう きゅうり 枝豆	砂糖	ドレッシング
	きらず揚げ	おから				小麦粉 砂糖	菜種油

愛知県の特産品を使った料理

11日(水) ささみしそ梅肉フライ
19日(木) あいちのしそ入り春巻き

愛知県は農業が盛んです。特に、野菜の生産が多く、生産量全国一位の農産物がたくさんあります。そのうちのひとつが、「大葉」です。「青じそ」ともいい、さわやかな香りが特徴です。

神奈川県のご郷土料理

6日(金) けんちん汁

「けんちん汁」は、神奈川県鎌倉市にある建長寺というお寺で出されていた料理です。当時は「建長の汁」と呼ばれていましたが、「けんちん汁」と名前が変化して全国に広まりました。

今月の献立紹介

17日(火) 十五夜献立

十五夜とは、一年で最も美しいとされている「中秋の名月」を鑑賞しながら、収穫などに感謝をする行事です。ススキや団子、農作物をお供えする風習があります。

お月見汁には、月に見立てたかまぼこが入っています。

今月の献立紹介

25日(水) おはぎ

秋のお彼岸は、23日の「秋分の日」を中日として前後3日間です。秋のお彼岸には、おはぎをお供えし、先祖の冥福を祈ります。小豆の赤い色には魔除けの効果があると古くから信じられており、邪気を払う食べ物として昔から食べられてきました。



とうがん



愛知県では、昭和45年に沖縄県から導入された「琉球とうがん」がたくさん作られており、生産量は全国2位産出額(2021年)です。また、愛知県の伝統野菜の一つに、少し小さくて真っ白い粉がつく「早生とうがん」があります。

<学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
285円	7月分	令和6年9月2日(月)	3,705円	13日
	9月分	令和6年10月31日(木)	5,130円	18日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。
※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

令和6年4月分から、1食当たり給食費を340円としています。ただし、令和6年度中は公費負担により値上げ分を無償化し、保護者負担額(児童生徒分)は変更せず、285円としています。

市のホームページに、アレルギー献立表を掲載しています。

