



# 9月 小学校給食こんだて表

今月のこんだて目標 夏バテを回復する食事をとろう

日 曜	こんだて名	主な材料とそのはたらき							
		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	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など		
タンパク質		無機質		ビタミン・無機質		炭水化物		脂質	
① 2 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
	えがおのなつやさいカレー	ぶたにく		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			
	コーンサラダ れいとうおうとう			にんじん	キャベツ とうもろこし おうとう	さとう		サラダゆ	
3 水	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			
	やさいスープ	とりにく		にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ				
	やきそば バナナチップス	ぶたにく いか	あおのり	にんじん	キャベツ しょうが バナナ	あぶらそば さとう		ココナッツゆ	
4 木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ			
	たまごとじ そうだかつおのおかか	たまご とりにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも さとう			
	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			さとう			
5 金	だいこんととりにくのきつぱりに	とりにく はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにやく ごぼう	こめ おおむぎ さとう			
	さといもコロケ のりつくだに	とりにく	のり			さといも パンこ みずあめ さとう		こめあぶら	
	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
8 月	ぶたどんのぐ きりぼしだいこんと チキンのサラダ	ぶたにく やきどうふ とりにく		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ きゅうり とうもろこし きりぼしだいこん	さとう		しろごま サラダゆ	
	きらずあげ	おから				こむぎこ さとう		なたねあぶら	
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
② 9 火	にくじゃが	ぶたにく		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 さとう			
	ひじきサラダ	まぐろあぶらづけ	ひじき	ほうれんそう にんじん	とうもろこし	さとう		しろごま	
	さかなそぼろ	かんぱち				さとう			
10 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
	トッポギスープ	とりにく	わかめ	にんじん	たまねぎ ねぎ とうもろこし	トッポギ			
	ピリからだいず れいとうみかん	だいず ぶたにく		にんじん	たまねぎ えだまめ しょうが みかん	さとう		ごまあぶら	
11 木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
	けんちんじる	とうふ あぶらあげ		にんじん	だいこん こんにやく ごぼう ねぎ			ごまあぶら	
	ぶたにくとサボテンのみそいため フローズンヨーグルト	ぶたにく まめみそ		にんじん	なす たまねぎ しょうが サボテン	さとう でんぶん			
12 金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん			
	しょうゆラーメンのしる	ぶたにく なんと	わかめ	にんじん	もやし とうもろこし ねぎ たけのこ			ごまあぶら	
	はるまき	ぶたにく		にんじん	キャベツ もやし	こむぎこ		こめあぶら	
16 火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ			
	スタミナじる	とうふ ぶたにく あぶらあげ あわせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも			
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが だいこん	さとう			
	てまきり		のり			さとう			
17 水	むぎごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう			こめ おおむぎ			
	とうがんのカレースープ	とりにく		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			
	にくだんごのたれかけ いわしのほしごさかな	とりにく ぶたにく			たまねぎ	さとう でんぶん		こめあぶら	

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）。

曜日	9月 こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		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	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
18	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる	とうふ たまご とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ	こめ でんぷん	
木	ちくわのいそべあげ (2こ) キャベツのおかかあえ ぶどうゼリー	ちくわ はなかつお	あおのり		キャベツ ぶどう	こむぎこ でんぷん さとう さとう	こめあぶら
19	ミルクロールパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ シャキシャキポテトサラダ	だいたい ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース きゅうり とうもろこし	パン さとう じゃがいも	たまごなし マヨネーズ
22	ごはん ぎゅうにゅう ごまみそしる いかナゲット (2こ) きゅうりのしおこんぶあえ	とうふ あぶらあげ あわせみそ いか たちうお	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん	ねぎ えのきたけ きゅうり	こめ パンこ さとう	しろごま こめあぶら
24	① ② ③ ごはん ぎゅうにゅう さといものものに さばぎんがみやき ブルーン	なまあげ ぶたにく さば みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん さいいんげん	だいこん しいたけ ブルーン	こめ さといも さとう さとう	
25	あいちのこめこパン ぎゅうにゅう しろいんげんとコーンの ポターージュ キャベツとウインナーのソテー いちじくジャム	とりにく ポークウインナー	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう なまクリーム	にんじん にんじん	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム キャベツ いちじく	パン しろいんげんまめ ホワイトルウ みずあめ さとう	バター こめあぶら
26	わかめごはん ぎゅうにゅう さわにわん ささみしそばいにくフライ おはぎ	ぶたにく かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな あおじそ	たけのこ ごぼう うめ	こめ ながいも パンこ こむぎこ あずき もちごめ さとう	こめあぶら
29	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかごもスープ あげしゅうまい (2こ) もやしのナムル	ぶたにく こうやとうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	ごぼう きりぼしだいこん しょうが たまねぎ もやし	こめ おおむぎ でんぷん こむぎこ さとう	ごまあぶら こめあぶら ごまあぶら
30	① ② ③ むぎごはん ぎゅうにゅう ハッシュドビーフ ツナサラダ れいとうみかん	ぎゅうにく まぐるあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし みかん	こめ おおむぎ さとう ハヤシルウ さとう	オリーブゆ

おうちで  
応募献立

11日(木)

ぶたにくとサボテンのみそいため

八幡小学校の児童が考えた料理です。

応募者のコメント

春日井市産のサボテンを入れたみそいためです。



しんこんだて  
新献立

22日(月) ごまみそしる

定番のみそ汁にごまが多く入っています。

すりごまを入れることで、カルシウム・鉄分・食物繊維を強化し、エネルギーもとることができます。



とうがん

冬の瓜と書く夏野菜の定番「とうがん」は、冬まで貯蔵できる瓜とのことで、その名が付けられました。愛知県は、とうがんの生産量が全国第2位です。古くから伝わる「早生とうがん」は、愛知県の伝統野菜に選定されています。



<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
305円 (保護者負担額 245円)	7月分	令和7年9月1日(月)	3,185円	13日
	9月分	令和7年10月31日(金)	4,655円	19日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。

※ 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。

眼科 / 小児眼科

平田眼科

TEL.0568-84-6638

19号沿い 清水屋東

