



2022年

# きゅうしよく こんだて表 9月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
②	金	ごはん 牛乳 キーマカレー ④チーズポテト いちごとみかんのゼリー	豚肉 大豆 ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん トマト パセリ	たまねぎ マッシュルーム グリンピース とうもろこし	ごはん じゃがいも いちごとみかんのゼリー	オリーブあぶら
5	月	ごはん 牛乳 かつおのおかか煮 和風サラダ 合わせみそ汁	かつお かつおぶし	わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう さとう さといも	ドレッシング
6	火	ごはん 牛乳 春巻き ツナときゅうりの中華あえ キムチスープ	豚肉 まぐろ油漬け 豚肉		にんじん にはら キャベツ もやし エリンギ キャベツ きゅうり		ごはん こむぎこ さとう さとう	ごまあぶら あぶら ごまあぶら
⑦	水	④サンドイッチロールパン 牛乳 ウインナー ポイルキャベツ ④土田かぼちゃのクリームシチュー	ウインナー 鶏肉	牛乳	土田かぼちゃ ブロッコリー	キャベツ たまねぎ	パン	
8	木	ごはん 牛乳 ちくわのお好み揚げ 梅ちりあえ 梅ちり 呉汁	ちくわ 大豆 みそ 豆腐	青のり しらす	青じそ にんじん みつば	ねぎ しょうが キャベツ きゅうり うめ だいこん えのきたけ	ごはん こむぎこ さとう ごま ごま	あぶら ごま ごま
⑨	金	ごはん 牛乳 ④親子丼 たくあんあえ 十五夜汁	鶏肉 鶏卵 かまぼこ 豆腐		みつば	たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け はくさい えのきたけ	ごはん さとう	
12	月	わかめごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き ツナあえ うしお汁	鶏肉 まぐろ油漬け あさり なんと	わかめ	チンゲンサイ にんじん みつば	にんにく キャベツ はくさい えのきたけ	ごはん さとう	ごまあぶら
13	火	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 おひたし どさんこ汁	いわし 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	ほうれんそう にんじん	しょうが もやし はくさい とうもろこし ねぎ	ごはん さとう さとう じゃがいも	
14	水	うどん 牛乳 冷やしうどんの具 ささみ大葉梅肉フライ いかと里芋の煮物	かにかまぼこ 鶏肉 いか	牛乳 わかめ わかめ	ほうれんそう 青じそ にんじん さやいんげん	きゅうり もやし しいたけ うめ だいこん しょうが	うどん さとう パンこ さとう こむぎこ さといも さとう	あぶら
15	木	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め しそひじきあえ しそ味ひじき 豆乳みそ汁	豚肉 豆乳 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	さやいんげん こまつな	しょうが たまねぎ たけのこ もやし キャベツ しその実 だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう でんぷん さとう	あぶら あぶら
16	金	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き とうがんと豆腐のそぼろあんかけ 冷凍みかん	さば みそ 鶏肉 豆腐	牛乳	にんじん	ぶなしめじ とうがん えだまめ しょうが みかん	ごはん さとう さとう でんぷん	
20	火	ごはん 牛乳 ハンバーグきのこソース ハンバーグ 浅漬け 秋なすのみそ汁	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	みつば	エリンギ えのきたけ たまねぎ はくさい きゅうり もやし だいこん漬け なす	ごはん さとう でんぷん さといも	あぶら ごま
⑳	水	④クロスロールパン 牛乳 ④オムレツ (サラダステーキ) ポークビーンズ イタリアンサラダ ミニりんごゼリー	鶏卵 豚肉 大豆 ハム	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	にんにく たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり	パン さとう じゃがいも さとう りんごゼリー	あぶら オリーブあぶら ドレッシング
22	木	ごはん 牛乳 かかれいフライレモンソースかけ かかれいフライ 青菜あえ ちゃんこ汁 きなこおはぎ	かかれい 鶏肉 豆腐	牛乳	れんこん だいこん こんにゃく にんじん	レモン キャベツ もやし たまねぎ ぶなしめじ はくさい ねぎ しょうが	ごはん さとう でんぷん パンこ こむぎこ さとう	あぶら ごま
26	月	ソフトめん 牛乳 肉みそソフトめんの具 さといもコロッケ からしあえ	鶏肉 油揚げ みそ 鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ えのきたけ ねぎ もやし はくさい	ソフトめん さとう でんぷん さといも さとう パンこ こむぎこ さとう	あぶら ごま
27	火	ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 きんぴられんこん すまし汁	さんま 豚肉 はんぺん かまぼこ 豆腐	牛乳	にんじん さやいんげん みつば	だいこん れんこん こんにゃく えのきたけ	ごはん さとう さとう	ごま ごまあぶら
㉑	水	ごはん 牛乳 ④うずら卵入り中華飯の具 えびしゅうまい フルーツ杏仁	豚肉 いか うずら卵 えび たら	牛乳	にんじん チンゲンサイ	しいたけ たまねぎ もやし キャベツ しょうが たまねぎ パイン 黄桃	ごはん さとう でんぷん さとう こむぎこ 豆乳ゼリー	あぶら ごまあぶら あぶら
29	木	ごはん 牛乳 さごしの西京みそかけ ゆかりあえ きつね汁	さごし みそ 油揚げ 豆腐	牛乳	赤じそ にんじん みつば	キャベツ もやし だいこん はくさい	ごはん さとう でんぷん さとう	ごま
30	金	ごはん 牛乳 ごぼうつくね ツナとひじきのさっぱりあえ さつま汁	鶏肉 まぐろ油漬け 豚肉 みそ	牛乳 ひじき	にんじん	たまねぎ ごぼう きゅうり とうもろこし ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん さとう さとう	あぶら ごまあぶら

土田かぼちゃのクリームシチューは、昨年度新川小学校の3年生が、「土田かぼちゃを広めたい」と取り組んだ総合学習の中で提案されたレシピをアレンジして、給食の献立に取り入れたものです。

今月の献立表より、「キーマカレーライス」や「肉みそソフトめん」などの表記方法を変更し、業者からの「主食」と、給食センターから届ける「具材」を別に表記しています。

## ☆☆☆ 毎月19日は食育の日 ☆☆☆

今月は清須市産の「とうがん」を使った、「とうがんと豆腐のそぼろあんかけ」を作ります。やわらかく煮たとうがんにしみこんだ、だしの風味が魅力の料理です。(9月は19日が祝日のため、16日に実施します)

※16日のとうがんは、清須市産を使用する予定です。■部分  
 ※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。  
 ※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。  
 特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。  
 (特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます)  
 ※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)  
 卵成分を含む献立には、献立表の前に④でお知らせします。代替食がある場合には( )に記載します。  
 乳成分を含む献立には、献立表の前に④でお知らせします。代替食がある場合には( )に記載します。  
 (乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)