



2024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					
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる	
			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
3	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		照り焼きハンバーグ					さとう	でんぷん
		ハンバーグ	鶏肉			たまねぎ		あぶら
		青菜あえ			にんじん ひしおな きりぼ かにぼ	キャベツ もやし	さとう	
4	水	五目汁	豚肉 豆腐 油揚げ			はくさい しいたけ だいこん ねぎ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		いわしの梅煮	いわし			うめ	さとう	
		和風サラダ		わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング
5	木	豚汁	豚肉 油揚げ みそ 豆腐	にんじん		こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		中華飯	豚肉 えび いか	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	さとう	でんぷん	あぶら ごまあぶら
		春巻き	豚肉	にんじん には	キャベツ もやし エリンギ	こむぎこ	あぶら	
⑥	金	フルーツ杏仁				パイン 黄桃	豆乳ゼリー	
		④ サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		ウインナー	ウインナー					
		ポイルキャベツ				キャベツ		
9	月	④ 土田かぼちゃのクリームシチュー	鶏肉	牛乳	土田かぼちゃ ブロッコリー	たまねぎ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏そぼろ丼	鶏肉	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ しいたけ とうもろこし	さとう	あぶら	
		即席漬け		こんぶ		きゅうり はくさい		
10	火	秋なすのみそ汁	豆腐 みそ 油揚げ			なす ねぎ だいこん		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		さばカレーぎょうざ	さば 豚肉			キャベツ	こむぎこ	あぶら
		かにかまあえ	かに風味かまぼこ		ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		
11	水	ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐	にんじん		たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		肉だんご	鶏肉	にんじん		たまねぎ ごぼう キャベツ ねぎ	パンこ さとう	あぶら
		パンサンスー	ハム			きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら
12	木	わかめスープ	豆腐	わかめ	にんじん	はくさい ねぎ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		かつおのおかか煮	かつお かつおぶし				さとう	
		ごまあえ		ほうれんそう	もやし はくさい	さとう	ごま	
⑬	金	どさんこ汁	豚肉 みそ 豆腐	にんじん		とうもろこし ねぎ	じゃがいも	
		④ 小型ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		焼きそば	豚肉 いか ちくわ	にんじん		キャベツ しょうが	焼きそばめん	あぶら
		しゅうまい	豚肉			たまねぎ	さとう こむぎこ	
17	火	冷凍みかん					みかん	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		さといもコロッケ	鶏肉				さといも さとう パンこ こむぎこ	あぶら
		五目煮豆	鶏肉 はんぺん 大豆	にんじん さやいんげん	こんにゃく		さとう	
18	水	お月見汁	かまぼこ 豆腐			はくさい えのきたけ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		豚肉のしょうが炒め	豚肉	さやいんげん	しょうが たまねぎ たけのこ	さとう	でんぷん	あぶら
		おひたし		ほうれんそう	もやし はくさい	さとう		
19	木	あわせみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ			だいこん ねぎ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		たらの香味焼き	たら			にんにく しょうが		
		しそひじきあえ		こまつな	キャベツ もやし			
20	金	④ しょう味ひじき		ひじき		しその実	さとう	あぶら
		とうがん汁	鶏肉 豆腐	にんじん みつば	しいたけ とうがん			
		おはぎ					おはぎ	
		ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
24	火	ミートソース	豚肉	にんじん トマト		たまねぎ マッシュルーム グリンピース	さとう	
		④ オムレツ (サラダステーキ)	鶏卵				さとう	あぶら
		グリーンサラダ	ウインナー		ブロッコリー	きゅうり キャベツ とうもろこし		ドレッシング
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
25	水	かかれいフライレモンソースかけ				レモン	でんぷん さとう	あぶら
		かかれいフライ	かかれい				パンこ こむぎこ	
		かおりあえ		青じそ	キャベツ もやし	さとう	ごま	
		もずく汁	豆腐 かまぼこ	もずく	こまつな にんじん	えのきたけ		
26	木	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
		④ カレーライス (アレルギー対応カレー)	豚肉	チーズ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	あぶら
		ビーンズサラダ	大豆 ハム			えだまめ きゅうり とうもろこし	ひよこまめ	ドレッシング
		④ もものヨーグルト (りんごゼリー)		ヨーグルト				
27	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		④ 親子丼	鶏肉 鶏卵	みつば		たまねぎ	さとう	
		ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし	ブロッコリー		とうもろこし	さとう	
		けんちん汁	豆腐 油揚げ	こまつな にんじん		だいこん ごぼう	さといも	
30	月	冷やしうどん 牛乳		牛乳			うどん	
		冷やしうどんの具	かに風味かまぼこ	わかめ			さとう	
		ささみ大葉梅肉フライ	鶏肉	ほうれんそう	きゅうり もやし とうもろこし	さとう		
		枝豆		青じそ	うめ	パンこ こむぎこ	あぶら	
30	月	枝豆				えだまめ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ツナごはん	まぐろ油漬	にんじん		たまねぎ しょうが グリンピース	さとう	
		ゆかりあえ		赤じそ	キャベツ もやし	さとう		
白みそ汁	油揚げ みそ 豆腐	わかめ		ねぎ	じゃがいも			

## ☆☆☆ 毎月19日は食育の日 ☆☆☆

今月は、清須市産の「とうがん」を使って、「とうがん汁」を作ります。とうがんは、漢字で「冬の瓜」と書きますが、実は夏が旬の野菜です。夏に収穫をしても、冬まで日持ちすることから、冬瓜という名前になったそうです。

※今月は清須市産のとうがん、土田かぼちゃを使用する予定です。なす、みつば、チンゲンサイは愛知県産です。■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⑤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)

## 土田かぼちゃのクリームシチュー

土田かぼちゃのクリームシチューは、2021年に新川小学校の3年生が総合的な学習の時間で考えた料理を、給食用にアレンジして誕生しました。土田かぼちゃは、明治時代から清須市の土田地区を中心に栽培されていた日本かぼちゃで、毎年清須市の給食のために、市内の農家さんが作ってくれています。清須の伝統の味を楽しんでくださいね。

