



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 2 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがいの夏野菜カレー	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	
	コーンサラダ			にんじん	キャベツ とうもろこし	砂糖	サラダ油
	冷凍黄桃				黄桃	砂糖	
3 水	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	野菜スープ	鶏肉		にんじん パセリ	たまねぎ もやし エリンギ		
	やきそば	豚肉 いか	青のり	にんじん	キャベツ しょうが	油そば	
	バナナチップス				バナナ	砂糖	ココナッツ油
4 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	大根と鶏肉のさっぱり煮	鶏肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	大根 こんにゃく ごぼう	砂糖	
	里芋コロッケ	鶏肉				さといも パン粉	米油
	のり佃煮		のり			水あめ 砂糖	
5 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	卵とじ	卵 鶏肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも 砂糖	
	宗田かつおのおかか煮	かつお				砂糖	
	玄米ごはん 牛乳		牛乳			米	
8 月	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	
	切り干し大根とチキンのサラダ	鶏肉			きゅうり とうもろこし 切り干し大根	砂糖	白ごま サラダ油
	きらず揚げ	おから				小麦粉 砂糖	菜種油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
9 火	トッポギスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	たまねぎ ねぎ とうもろこし	トッポギ	
	ピリ辛大豆	大豆 豚肉		にんじん	たまねぎ 枝豆 しょうが	砂糖	ごま油
	冷凍みかん				みかん		
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
⑩ 10 水	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	ひじきサラダ	まぐろ油漬け	ひじき	ほうれん草 にんじん	とうもろこし	砂糖	白ごま
	魚そぼろ	かんばち				砂糖	
	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん	
11 木	しょうゆラーメンの汁	豚肉 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		ごま油
	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ もやし	小麦粉	米油
	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
12 金	ぶた肉とサボテンのみそいため	豚肉 豆みそ		にんじん	なす たまねぎ しょうが サボテン	砂糖 でん粉	
	フローゼンヨーグルト		ヨーグルト				
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
16 火	まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが	砂糖	
	きざみたくあん				大根	砂糖	
	手巻きのり		のり				
	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
17 水	ポークビーンズ	大豆 豚肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	砂糖	
	シャキシャキポテトサラダ	鶏肉			きゅうり とうもろこし	じゃがいも	卵なし マヨネーズ
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	かきたま汁	豆腐 卵 鶏肉		にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ	でん粉	
18 木	ちくわのいそべ揚げ (3個)	ちくわ	青のり			小麦粉 でん粉	米油
	キャベツのおかか和え	花かつお			キャベツ	砂糖	
	ぶどうゼリー				ぶどう	砂糖	

- 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	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
19 金	麦ごはん はっこう乳		はっこう乳			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	
	肉団子のたれかけ	鶏肉 豚肉			たまねぎ	砂糖 でん粉	米油
	いわしの干し小魚		いわし			砂糖	
22 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ごまみそ汁	豆腐 油揚げ 合わせみそ		かぼちゃ にんじん	ねぎ えのきたけ		白ごま
	いかナゲット (3個)	いか たちうお				パン粉	米油
	きゅうりの塩昆布あえ		昆布	にんじん	きゅうり	砂糖	
㊦ 24 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	里芋の煮物	生揚げ 豚肉	昆布	にんじん さやいんげん	大根 しいたけ	さといも 砂糖	
	さば銀紙焼き	さば みそ				さとう	
	ブルーン				ブルーン		
25 木	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米	
	さわにわん	豚肉 かまぼこ		にんじん 小松菜	たけのこ ごぼう	ながいも	
	ささみしそ梅肉フライ	鶏肉		青じそ	梅	パン粉 小麦粉	米油
	おはぎ					小豆 もち米 砂糖	
26 金	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン	
	白いんげんとコーンのポタージュ	鶏肉	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	白いんげん豆 ホワイトルウ	バター
	キャベツとウインナーのソテー	ボークウインナー		にんじん	キャベツ		米油
	いちじくジャム				いちじく	水あめ 砂糖	
29 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	中華五目スープ	豚肉 高野豆腐		小松菜 にんじん	ごぼう 切り干し大根 しょうが		ごま油
	揚げしゅうまい (3個)	豚肉			たまねぎ	でん粉 小麦粉	米油
	もやしのナムル				もやし	砂糖	ごま油
30 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	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	
	ツナサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	オリーブ油
	冷凍みかん				みかん		

応募献立

12日(金)

ぶた肉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。



新献立

22日(月) ごまみそ汁

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、エネルギーもあげること
ができます。



愛知県の特産品を使った料理

25日(木) ささみしそ梅肉フライ

愛知県は、大葉の生産量が全国第1位です。

「青じそ」の葉の部分を「大葉」と呼び、さわやかな香りが特徴で
す。皮ふや粘膜を健康に保つカロテンが多く含まれています。また、
香り成分には防腐作用もあります。



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「^{わせ}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
350円 (保護者負担額 285円)	7月分	令和7年9月1日(月)	3,705円	13日
	9月分	令和7年10月31日(金)	5,415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



号沿い 清水屋東