



実施日	除去対応給食	献立名	食べ物のほたらき						栄養価	お知らせ	
			おもに体の組織をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品				
			1群 魚、肉、卵 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 きのこ類、果物	5群 穀類、いも類 砂糖	6群 油脂 種実類			
1/月		ごはん 牛乳 白みそ汁 キャベツ入りおこのみ焼き ごぼうとぶた肉のいため煮 コーヒーのもと	牛乳 油揚げ とうふ 白みそ 豚肉 かつおげずり節 豚もも肉						722 23.9		
2/火		ごはん 牛乳 キーマカレー ふくじんづけ フルーツのマスカットゼリーあえ サンドイッチロールパン 牛乳	牛乳 とりむね肉 大豆 とりむね肉 大豆 牛乳						711 23.8	キーマカレー：乳不使用です。	
3/水		コンソメスープ ロング焼きウインナー 大根サラダ かんそう小魚 ごはん 牛乳	とりむね肉 ウインナー まぐろ かたくちいわし 牛乳						757 31.6	ロング焼きウインナー：トマトソースをかけています。	
4/木		けんちん汁 揚げ若どりのレモン煮 ごまあえ ごはん 牛乳	とうふ 油揚げ とりむね肉 ベーコン 牛乳						751 31.9		
5/金		なす入りマーボー豆腐 しゅうまい もやしのいためもの 白玉うどん 牛乳	とうふ 豚もも肉 豚レバー 赤みそ 白みそ 豚肉 とり肉 ベーコン 牛乳						746 30.9	しゅうまい (3コ)	
8/月		五目うどんのつゆ やさいかき揚げ 冷凍みかん クロスロールパン 牛乳 かぼちゃの豆乳スープ オムレツ シャキシャキおいもサラダ	とりむね肉 かまぼこ 油揚げ とりむね肉 豆乳 卵 ハム 牛乳						732 23.4 776	冷凍みかん：ビニール手袋で配りましょう。皮はビニール袋に入れて返しましょう。	
9/火		豚汁 さけフライ ひじきのいため煮 ごはん 牛乳	豚もも肉 とうふ 合わせみそ さけ まぐろ 牛乳						719 29.7	中濃ソース (クラス1本)	
10/水		豚汁 さけフライ ひじきのいため煮 ごはん 牛乳	豚もも肉 とうふ 合わせみそ さけ まぐろ 牛乳						711 28.5	白ごまつくね (2コ)	
11/木		五目大豆 白ごまつくね きゅうりのたくあんあえ お魚ふりかけ ごはん 牛乳	大豆 とりむね肉 ちくわ とり肉 お魚ふりかけ 牛乳						709 22.2		
12/金		はるさめスープ とりはるまき ぶた肉のキムチいため ごはん 牛乳	とりむね肉 とり肉 豚もも肉 牛乳						727 26.8	ふのすまし汁：蒲郡産のめひかりの魚しょうを使用しています。マヨネーズドレッシング (クラス1本)	
16/火		ふのすまし汁 コロケ ツナサラダ ごはん 牛乳	とりむね肉 かまぼこ 豚肉 牛肉 まぐろ 牛乳						716 29.8		
17/水		とうがンのみそ汁 ささみ大葉梅肉フライ マカロニとやさいのソテー ごはん 牛乳	とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ とりささみ ウインナー 牛乳						771 34.2		
18/木		親子煮 いわしのしょうが煮 えだ豆サラダ ごはん 牛乳	とりむね肉 かまぼこ 卵 いわし まぐろ 牛乳						707 24.6	肉だんごのあまずあん (2コ) 巨峰 (3コ)：ビニール手袋で配りましょう。	
19/金		ぶた肉とじゃがいものせん切りいため 肉だんごのあまずあん 巨峰 ごはん 牛乳	豚もも肉 揚げはん とり肉 巨峰 牛乳						714 26.1		
22/月		青菜のスープ チキンメンチカツ[カレー味] グリーンアスパラガスのソテー ごはん 牛乳	とりむね肉 とり肉 ベーコン 牛乳						721 25.4	ごまドレッシング (クラス1本)	
24/水		八宝菜 かに玉あんかけ かみかみあえ ごはん 牛乳	豚もも肉 卵 かに 牛乳						826 24.0	肉だんごのカレー煮：乳不使用です。	
25/木		肉だんごのカレー煮 とりハムカツ キャベツソテー ごはん 牛乳	牛肉 豚肉 とり肉 とり肉 まぐろ 牛乳						767 34.3	生揚げのそぼろ煮：蒲郡産のめひかりの魚しょうを使用しています。なし：ビニール手袋で配りましょう。皮はビニール袋に入れて返しましょう。	
26/金		生揚げのそぼろ煮 さばのみそだれかけ なし ごはん 牛乳	とりむね肉 厚揚げ ちくわ さば 赤みそ なし 牛乳						744 30.3		
29/月		さわに汁 大豆と小魚の甘辛煮 じゃがいもの含め煮 ごはん 牛乳	豚もも肉 油揚げ とうふ 大豆 とりもも肉 牛乳						715 24.4	ごまドレッシング (クラス1本)	
30/火		ミネストローネ ハンバーグのデミグラスソースかけ ごぼうサラダ	とりむね肉 豚肉 とり肉 にんじん								

たべたくんマークは蒲郡の日給食です。

カミちゃんマークはカミカミ給食です。よく噛んで食べましょう。

※食材の太文字は愛知県産の予定です。※材料は都合により変更することがあります。

※食材の安全を確認して使用しています。

●生産者紹介 「グリーンアスパラガス」



給食では、毎年6月～9月に蒲郡産のグリーンアスパラガスを使用しています。アスパラガスは多年草で、ひとつの株から10年以上収穫することができます。収穫は2月～10月まで行っており、春のアスパラガスはやわらかくて特においしいです。太陽の光をあびてぐんぐんと成長するので、朝と夕方との2回収穫しています。夏はアスパラガスの成長が一段と早く、1日に10cm以上伸びるそうです。おいしいアスパラガスの特徴は、太めでまっすぐ伸びており、穂先がしまっているものです。新鮮なもののほどみずみずしくおいしいです。

《9月の給食の使用日》
22日(月)「グリーンアスパラガスのソテー」



グリーンアスパラガスの生産者 尾崎健介さん(西浦町)

毎月17日は『地魚の日』です ～地魚を食べよう！～



蒲郡の漁港には、一年を通して様々な種類の魚が水揚げされています。「新鮮な蒲郡の魚をみんなに味わってほしい」という思いから、毎月17日を地魚の日と制定し、普及活動を推進しています。今月は、16日(火)、26日(金)に蒲郡産のめひかりから作った『めひかりの魚しょう』を使用しています。

蒲郡メヒカリのキャラクター



「びか丸くん」

朝ごはんを食べて学校へ行こう

しっかり勉強！ 元気に運動!! 笑顔で友達とも仲良しに!!!

毎月19日は食育の日です ～おうちでごはんの日～

※給食のお米は設楽町産米を使用しています。

28品目のアレルギーを含む食品の情報は、対象者に配布するアレルギー一覧表に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、学校給食センターにてご確認ください。蒲郡市学校給食センター ☎66-1800

※この献立一覧表は、すべての食品や調味料が表示されているわけではありません。(加工食品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)

*今月の卵アレルギー対応給食の実施日は卵マークの日です。提供を受ける方は、「蒲郡市卵アレルギー対応給食承諾書」を確認してから食べましょう。