



令和8年度

9月分

献立一覧表（小学校）



蒲郡市学校給食センター

実施日	除去対応給食	献立名	食 べ 物 の は た ら き				栄養価	お知らせ
			（赤） おもに体をつくる食品	（緑） おもに体の調子を整える食品	（黄） おもにエネルギーになる食品			
			肉類、魚介類、乳類 卵類、豆、大豆製品 かいそう類	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ類、くだもの	こく類、いも類 さとう、油脂類 種実類	エネルギー kcal たんぱく質 g	
1 ／ 火		ごはん 牛乳	牛乳			米	627	
		けんちん汁	とうふ 油揚げ	にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 白ねぎ			
		揚げ若どりのレモン煮	とりむね肉		レモン	でんぶん なたね油 さとう	28. 6	
2 ／ 水		グリーンアスパラガスのソテー	ウインナー	煮茹のグリーンアスパラガス	とうもろこし	じゃがいも 米サラダ油		マヨネーズドレッシング（クラス1本）
		ごはん 牛乳	牛乳			米	617	
		もち麦入りミネストローネ	とりもも肉	にんじん トマト	たまねぎ ズッキーニ キャベツ	じゃがいも もち麦 米サラダ油 さとう		
3 ／ 木		ハンバーグのデミグラスソースかけ	豚肉 とり肉		たまねぎ	さとう ブラウンルウ		キーマカレー：乳不使用です。
		ごぼうサラダ	まぐろ		ごぼう えだ豆	マヨネーズドレッシング	23. 6	
		大豆ふりかけ	大豆ふりかけ					
4 ／ 金		ごはん 牛乳	牛乳			米	579	パオズ（2コ）
		キーマカレー	豚もも肉 大豆	にんじん トマト	しょうが にんにく 煮茹のなす たまねぎ	米サラダ油 カレールウ	20. 1	
		ふくじんづけ			だいこん うり れんこん			
7 ／ 月		フルーツのシャインマスカットゼリーあえ			パインアップル おうとう アロエ	シャインマスカットゼリー	596	にかけうどんのつゆ：めひかりの魚しょうを使用しています。 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。
		麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦	20. 1	
		はるさめスープ	ベーコン なると巻き	ほうれん草	たまねぎ キャベツ	はるさめ ごま油		
8 ／ 火		パオズ	豚肉 とり肉		キャベツ たまねぎ	パオズの皮	655	中濃ソース（クラス1本） 園 パインゼリー
		ぶた肉のキムチいため	豚もも肉	にんじん	しょうが 白菜キムチ 切り干しだいこん 白ねぎ	米サラダ油 さとう	23. 4	
		白玉うどん	牛乳			白玉うどん		
9 ／ 水		にかけうどんのつゆ	とりもも肉 かまぼこ 油揚げ	にんじん ほうれん草	干ししいたけ	米粉 なたね油		
		やさいかき揚げ	大豆	にんじん	たまねぎ とうもろこし	米粉 なたね油	604	
		冷凍みかん			みかん		23. 8	
10 ／ 木		ごはん 牛乳	牛乳			米		マヨネーズドレッシング（クラス1本）
		なすのみそ汁	油揚げ 赤みそ 白みそ		煮茹のなす だいこん たまねぎ 白ねぎ			
		かれいフライ	かれい			パン粉 小麦粉 なたね油		
11 ／ 金		きんぴら	豚もも肉	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	米サラダ油 さとう	623	とうがんのカレースープ：乳不使用です。
		パインゼリー			パインゼリー		25. 5	
		クロスロールパン 牛乳	牛乳			クロスロールパン		
12 ／ 土		かぼちゃの豆乳スープ	とりもも肉 豆乳	にんじん かぼちゃ	たまねぎ マッシュルーム	米粉のホワイトルウ 米サラダ油	612	中華ドレッシング（クラス1本）
		オムレツのトマトソースかけ	卵			さとう	27. 4	
		マカロニとやさいのソテー	ウインナー		キャベツ とうもろこし	マカロニ 米サラダ油		
13 ／ 日		ごはん 牛乳	牛乳			米		肉だんごのあまずあん（2コ）
		ぶた肉とじゃがいものせん切りいため	豚もも肉 揚げはん	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 米サラダ油 さとう		
		さばのみそだれかけ	さば 合わせみそ			さとう でんぶん	25. 7	
14 ／ 月		ごまあえ		チンゲンサイ	キャベツ きゅうり	白すりごま		巨峰（3コ）：ビニール手袋で配りましょう。
		（アジア・フレンドシップ給食：韓国）						
		ごはん 牛乳	牛乳			米	618	
15 ／ 火		キムチスープ	豚もも肉 とうふ 合わせみそ	にんじん	キャベツ 白ねぎ 白菜キムチ	米サラダ油 ごま油	25. 7	中華ドレッシング（クラス1本）
		ヤンニョムチキン	とりもも肉		にんにく	でんぶん なたね油 さとう ごま油		
		きゅうりのナムル	韓国のり		もやし きゅうり	ごま油		
16 ／ 水		ごはん 牛乳	牛乳			米	598	マヨネーズドレッシング（クラス1本）
		【令和7年度応募入選献立】						
		さつまいものごまみそ豆乳スープ	豆乳 合わせみそ	にんじん 葉ねぎ	しめじ たまねぎ	さつまいも 白すりごま	24. 8	
17 ／ 木		銀ひらすのてりやき	銀ひらす			米サラダ油 さとう でんぶん		とうがんのカレースープ：乳不使用です。
		切り干し大根サラダ	まぐろ		切り干しだいこん とうもろこし えだ豆	マヨネーズドレッシング		
		ごはん 牛乳	牛乳			米	572	
18 ／ 金		とうがんのカレースープ	豚もも肉 とうふ	にんじん	とうがん たまねぎ 白ねぎ	カレールウ	21. 8	中華ドレッシング（クラス1本）
		とりハムカツ	とり肉			じゃがいも 米粉 なたね油		
		もやしソテー	ベーコン	チンゲンサイ	もやし	じゃがいも 米サラダ油	600	
19 ／ 土		ごはん 牛乳	牛乳			米		しゅうまい（2コ）
		ハ宝菜	豚もも肉	にんじん チンゲンサイ	しょうが キャベツ たまねぎ 干ししいたけ	米サラダ油 さとう でんぶん	20. 5	
		とりはるまき	とり肉	青じそ	たまねぎ キャベツ	春巻きの皮 なたね油		
20 ／ 日		かいそうサラダ	ひじき 荳わかめ		きゅうり	中華ドレッシング	637	すまし汁：めひかりの魚しょうを使用しています。 園 お月見だんご
		ソフトめん 牛乳	牛乳			ソフトめん	25. 6	
		ビーンズソースかけ	豚もも肉 豚レバー 大豆	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	さとう ハヤシルウ 米サラダ油		
21 ／ 月		ポテトソテー	ウインナー		えだ豆 とうもろこし	じゃがいも 米サラダ油		肉だんごのあまずあん（2コ）
		巨峰			巨峰		579	
		ごはん 牛乳	牛乳			米	26. 4	
22 ／ 火		五目大豆	大豆 とりもも肉 ちくわ	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	米サラダ油 さとう		ごまドレッシング（クラス1本）
		肉だんごのあまずあん	とり肉		たまねぎ	さとう		
		もやしの梅あえ			もやし キャベツ きゅうり 梅		567	
23 ／ 水		おかかふりかけ	おかかふりかけ				25. 3	すまし汁：めひかりの魚しょうを使用しています。 園 お月見だんご
		麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦		
		なす入りマーボー豆腐	とうふ 豚もも肉 豚レバー 赤みそ 白みそ	にんじん	白ねぎ しょうが たまねぎ 煮茹のなす	米サラダ油 さとう でんぶん		
24 ／ 木		しゅうまい	豚肉 とり肉		たまねぎ	しゅうまいの皮		ごまドレッシング（クラス1本）
		中華サラダ	ハム		きゅうり とうもろこし	はるさめ	686	
		（お月見給食）						
25 ／ 金		ごはん 牛乳	牛乳			米		ごまドレッシング（クラス1本）
		すまし汁	とりむね肉 かまぼこ とうふ	にんじん こまつな	干ししいたけ		594	
		さといもコロッケ	とり肉			さといも パン粉 なたね油		
26 ／ 土		ひじきのいため煮	まぐろ ひじき 大豆	さやいんげん	こんにゃく	米サラダ油 さとう	23. 9	ロング焼きウインナー：トマトソースをかけています。キャベツソテーと一緒にサンドイッチロールパンにはさんで食べましょう。
		お月見だんご				月見だんご		
		ごはん 牛乳	牛乳			米	575	
27 ／ 日		白みそ汁	豚もも肉 油揚げ とうふ 白みそ		しめじ 白ねぎ	じゃがいも	633	めひかりのフライ（2コ） 中濃ソース（クラス1本） 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。
		チキンメンチカツ[カレー味]	とり肉 とりレバー		たまねぎ	米サラダ油 さとう		
		ツナサラダ	まぐろ	赤ピーマン	キャベツ きゅうり	パン粉 小麦粉 なたね油	24. 0	
28 ／ 月		サンドイッチロールパン 牛乳	牛乳			サンドイッチロールパン		めひかりのフライ（2コ） 中濃ソース（クラス1本） 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。
		コンソメスープ	とりむね肉	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ	じゃがいも 米サラダ油		
		ロング焼きウインナー	ウインナー			さとう		
29 ／ 火		キャベツソテー			キャベツ	米サラダ油		めひかりのフライ（2コ） 中濃ソース（クラス1本） 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。
		ごはん 牛乳	牛乳			米	575	
		親子煮	とりもも肉 かまぼこ 卵	にんじん	干ししいたけ たまねぎ グリンピース	米サラダ油 さとう		
30 ／ 水		めひかりのフライ	めひかり			パン粉 小麦粉 なたね油		
		なし			なし		24. 0	



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。

※園は業者配送です。

※給食のお米は設楽町米です。

アジア・フレンドシップ給食



9月11日（金）韓国料理

きゅうりのナムル

ヤンニョムチキン

韓国 のり

牛乳

ごはん

キムチスープ



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～

毎月17日は『地魚の日』です ～ 地魚を食べよう！～

※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。

9/14
（月）

昨年度の応募献立『いもを使った料理』で入選した中央小学校5年生 平野杏奈さん（入選当時）の「さつまいものごまみそ豆乳スープ」を実施します。
食物せいを多く含むさつまいもを皮ごと使ったり、彩りよくするために葉ねぎを使ったりして、「食べる人が元気になるように」と思いを込めた献立を考えてくれました。



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。（加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。）