



令和8年度 9月分 献立一覧表（中学校）



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
			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	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群		
			魚、肉、卵 豆、大豆製品	牛乳、乳製品 小魚、海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ類、果物	穀類、いも類 糖	油脂 種実類		
1 ／ 火		ごはん 牛乳		牛乳			米		733	キーマカレー：乳不使用です。
		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 蕪荳のなす たまねぎ	カレールウ	米サラダ油		
		ふくじんづけ				だいこん うり れんこん				
		フルーツのシャインマスカットゼリーあえ				バインアップル おとうろ アロエ	シャインマスカットゼリー			
2 ／ 水		白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		759	にかげうどんのつゆ：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。
		にかげうどんのつゆ	とりもも肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ほうれん草	干しいたけ				
		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		
		冷凍みかん				みかん				
3 ／ 木		ごはん 牛乳		牛乳			米		775	肉だんごのあまずあん（2コ） ごまドレッシング（クラス1本）
		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 こんにやく	さとう	米サラダ油		
		肉だんごのあまずあん	とり肉			たまねぎ	さとう			
		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		ごまドレッシング		
4 ／ 金		（アジア・フレンドシップ給食：韓国） ごはん 牛乳		牛乳			米		781	
		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		
		ヤンニョムチキン	とりもも肉			にんにく	でんぶん さとう	なたね油 ごま油		
		きゅうりのナムル				もやし きゅうり		ごま油		
		韓国のり		韓国のり						
7 ／ 月		クロスロールパン 牛乳		牛乳			クロスロールパン		778	
		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		
		オムレツのトマトソースかけ	卵				さとう			
		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		
8 ／ 火		ごはん 牛乳		牛乳			米		753	
		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 こんにやく	じゃがいも さとう	米サラダ油		
		さばのみそだれかけ	さば 合わせみそ				さとう でんぶん			
		もやしの梅あえ				もやし キャベツ きゅうり 梅				
9 ／ 水		ごはん 牛乳		牛乳			米		762	
		八宝菜	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 干しいたけ	さとう でんぶん	米サラダ油		
		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		
		中華サラダ	ハム			きゅうり とうもろこし	はるさめ			
10 ／ 木		ごはん 牛乳		牛乳			米		759	中濃ソース（クラス1本） バインゼリー
		なすのみそ汁	油揚げ 赤みそ 白みそ			蕪荳のなす 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		
		きんぴら	豚もも肉		にんじん さやいんげん	ごぼう こんにやく	さとう	米サラダ油		
		バインゼリー				バインゼリー			28.6	
11 ／ 金		麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		718	パオズ（2コ）
		はるさめスープ	ベーコン なると巻き		ほうれん草	キャベツ たまねぎ	はるさめ	ごま油		
		パオズ	豚肉 とり肉			キャベツ たまねぎ	パオズの皮			
		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	さとう	米サラダ油			
14 ／ 月		ごはん 牛乳		牛乳			米		721	とうがんのカレースープ：乳不使 用です。
		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			
		とりハムカツ	とり肉				じゃがいも 米粉	なたね油		
		ごまあえ		チンゲンサイ	キャベツ きゅうり		白すりごま			
		コーヒーのもと					コーヒーのもと		25.1	
15 ／ 火	卵	ごはん 牛乳		牛乳			米		732	巨峰（3コ）：ビニール手袋で配 りましょう。
		親子煮	とりもも肉 かまぼこ 卵		にんじん	干しいたけ たまねぎ グリンピース	さとう	米サラダ油		
		銀ひらすのてりやき	銀ひらす			巨峰	さとう でんぶん	米サラダ油		
		巨峰								
16 ／ 水		ごはん 牛乳		牛乳			米		760	マヨネーズドレッシング（クラス 1本）
		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 さとう	米サラダ油		
		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			
		ごぼうサラダ				ごぼう えだ豆 とうもろこし		マヨネーズドレッシング		
		大豆ふりかけ	大豆ふりかけ						26.2	
17 ／ 木		ごはん 牛乳		牛乳			米		783	和風ドレッシング（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		
		チキンメンチカツ[カレー味]	とり肉 とりレバー			たまねぎ	パン粉	なたね油		
		ツナサラダ	まぐろ	赤ピーマン	キャベツ きゅうり		和風ドレッシング			
18 ／ 金		ごはん 牛乳		牛乳			米		778	
		けんちん汁	とうふ 油揚げ		にんじん	ごぼう だいこん こんにやく 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 さとう	なたね油		
		グリーンアスパラガスのソテー	ベーコン	蕪荳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			
24 ／ 木		（お月見給食） ごはん 牛乳		牛乳			米		837	すまし汁：めひかりの魚しょうを 使用しています。 お月見だんご
		すまし汁	とりむね肉 かまぼこ とうふ		にんじん ほうれん草					
		さといもクロquette	とり肉				さといも パン粉	なたね油		
		ひじきのいため煮	まぐろ 大豆	ひじき	さやいんげん	こんにやく	さとう	米サラダ油		
		お月見だんご					月見だんご		31.0	
25 ／ 金		ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		736	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。
		ビーンズソースかけ	豚もも肉 豚レバー かんばち 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		
		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		
		なし				なし				
28 ／ 月		麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		737	しゅうまい（3コ）
		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 蕪荳のなす	さとう でんぶん	米サラダ油		
		しゅうまい	豚肉 とり肉			たまねぎ	しゅうまいの皮			
		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			
29 ／ 火		ごはん 牛乳		牛乳			米		720	めひかりのフライ（3コ） 中濃ソース（クラス1本） 中華ドレッシング（クラス1本）
		白みそ汁	豚もも肉 油揚げ とうふ 白みそ		にんじん	白ねぎ	じゃがいも			
		めひかりのフライ		めひかり			パン粉 小麦粉	なたね油		
		かいそうサラダ	ハム	ひじき		きゅうり		中華ドレッシング		
30 ／ 水		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		741	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。
		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			
		キャベツソテー				キャベツ		米サラダ油		



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。

※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4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

“アジア版オリンピック”とも言われるアジアで1番大きなスポーツイベント「アジア競技大会」(全43競技)と「アジアパラ競技大会」(全18競技)が、いよいよ今年の9/19(土)～10/24(土)に愛知県を中心に開催されます。蒲郡市でも「セーリング」「トライアスロン」の2競技を開催予定で、アジアのトッププレイヤーがやってきます。大会前にアジアの国ことを知ってもらうため、アジア料理(今回は韓国料理)を実施します。

9/17(木)

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。
食物せん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品目のアレルゲン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品目以外のアレルゲン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。)



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。