

令和8年9月 学校給食献立表

北名古屋市給食センター

日	曜	献立名		体 内 で の 働 き						1日あたり (kcal) 小 中
				〔赤〕 主に体をつくるもとになる食品		〔緑〕 主に体の調子を整えるもとになる食品		〔黄〕 主にエネルギーのもとになる食品		
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂・種実類		
2	水	麦ごはん 牛 乳	ハヤシライス ツナサラダ ★プリン(乳卵小麦不使用)	豚肉 まぐろ油漬	[牛乳]	にんじん	にんにく たまねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	【麦ごはん】 じゃがいも さとう フレンチドレッシング	609 786	
3	木	こ は ん 牛 乳	あじフライソースかけ なめたけあえ 根菜の白みそ汁	あじ 豆腐 油揚げ 米みそ	[牛乳]	ほうれんそう にんじん	キャベツ もやし なめたけ だいこん ごぼう れんこん ねぎ	【ごはん】 パン粉 小麦粉 さといも	572 735	
4	金	冷やしうどん 牛 乳	サラダうどんの具 チキンナゲット(小2中3) めんつゆ(小袋)	まぐろ油漬 かつお節 鶏肉	[牛乳] 茎わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり もやし とうもろこし	【冷やしうどん】 パン粉 なたね油	597 731	
7	月	こ は ん 牛 乳	豆腐の中華煮 パンパンジーサラダ 小魚	豚肉 豆腐 ささみ油漬	[牛乳]	にんじん チンゲンサイ たまねぎ たけのこ にんにく しょうが	ズッキーニ たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	【ごはん】 でんぶ パンパンジードレッシング	572 741	
8	火	こ は ん 牛 乳	じゃがいもとツナの磯煮 豚汁 冷凍みかん	まぐろ油漬 豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ	[牛乳] ひじき	にんじん さやいんげん にんじん	とうもろこし だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ みかん	【ごはん】 じゃがいも さとう	566 736	
9	水	米粉パン 牛 乳	ハンバーグ夏野菜ソース フレンチサラダ えだまめのポタージュ	鶏肉 豚肉 大豆粉 ポークハム 鶏肉	[牛乳]	トマト 黄ピーマン 赤ピーマン にんじん	ズッキーニ たまねぎ にんにく とうもろこし キャベツ きゅうり レモン えだまめ たまねぎ	【米粉パン】 さとう じゃがいも ホワイトルウ 生クリーム	685 864	
10	木	こ は ん 牛 乳	ほっけの塩こうじ焼き ゆかりあえ 豚肉と玉ねぎのすき焼き風	ほっけ ゆかりあえ 豚肉 焼き豆腐 かまぼこ	[牛乳]	ゆかり粉 にんじん	キャベツ もやし きゅうり こんにゃく たまねぎ えのきたけ ねぎ	【ごはん】 さとう	554 716	
11	金	こ は ん 牛 乳	鶏肉のから揚げ 切干大根のごまあえ とうがんのみそ汁	鶏肉 鶏肉	[牛乳]	にんじん	しょうが にんにく 切干大根 きゅうり もやし とうがん えのきたけ たまねぎ ねぎ	【ごはん】 でんぶ さとう ごま	618 794	
14	月	こ は ん 牛 乳	ダールカレー カラフルサラダ ミニももゼリー	豚肉 鶏肉	[牛乳]	にんじん 赤パプリカ 黄パプリカ	たまねぎ グリンピース にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし もも	【ごはん】 じゃがいも ひよこ豆 さとう	595 772	
15	火	こ は ん 牛 乳	タレかつ 兄弟豆サラダ のっぺい汁	豚肉 大豆 油揚げ	[牛乳]	にんじん	キャベツ きゅうり キャベツ えだまめ とうもろこし きゅうり だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ こんにゃく	【ごはん】 さとう パン粉 でんぶ さといも でんぶ	620 810	
16	水	ミルク ロールパン 牛 乳	オムレツケチャップソースかけ イタリアンサラダ ポトフ	たまご ポークウインナー	[牛乳]	にんじん 黄パプリカ にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ キャベツ セロリ	【ミルクロールパン】 さとう じゃがいも	596 756	
17	木	こ は ん 牛 乳	たくあん入りキムチごはん ハート型かぼちゃコロッケ モロヘイヤのすまし汁	豚肉 鶏肉 豆腐 かまぼこ	[牛乳]	かぼちゃ にんじん モロヘイヤ	キムチ たくあん漬 とうもろこし ねぎ たまねぎ えのきたけ	【ごはん】 パン粉	587 760	
18	金	ソフトめん 牛 乳	肉みそソース 鶏肉とみつばの和風サラダ コーヒーパウダー	豚肉 大豆 ちくわ 豆みそ ささみ油漬	[牛乳]	にんじん にんじん みつば	たまねぎ グリンピース しょうが キャベツ もやし	【ソフトめん】 さとう でんぶ コーヒーパウダー	668 845	
24	木	こ は ん 牛 乳	豆腐の田楽 キャベツとこまつなのおひたし けんちん汁 ★ミニきな粉おはぎ	豆腐 豆みそ 油揚げ きな粉	[牛乳]	こまつな にんじん	キャベツ もやし だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ 干しいたけ	【ごはん】 さとう でんぶ さとう あずき もち米 さとう	592 757	
25	金	わかめごはん 牛 乳	さといもコロッケ ごま酢あえ 月見汁	鶏肉 ポークハム 鶏肉 型抜きかまぼこ	[牛乳]	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん えのきたけ ねぎ	【わかめごはん】 さといも パン粉 さとう じゃがいも でんぶ	600 772	
28	月	ロールパン 牛 乳	トマトソースのミートボール(小2中3) コールスローサラダ クリームスープ	鶏肉 鶏肉	[牛乳] 牛乳	トマト にんじん にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ	【ロールパン】 じゃがいも	601 778	
29	火	こ は ん 牛 乳	酢鶏 中華スープ ★フロズンヨーグルト	鶏肉 焼き豚 豆腐 ヨーグルト	[牛乳] わかめ ヨーグルト	にんじん 赤パプリカ ピーマン にんじん	たまねぎ たけのこ 干しいたけ たまねぎ とうもろこし ねぎ	【ごはん】 じゃがいも さとう でんぶ さとう	603 771	
30	水	こ は ん 牛 乳	いかフライレモンソースかけ おかかあえ なす入りみそ汁	いか かつお節 豆腐 油揚げ 豆みそ 米みそ	[牛乳]	こまつな にんじん	レモン キャベツ もやし なす たまねぎ ねぎ	【ごはん】 さとう パン粉 さとう じゃがいも	591 765	

※献立内容は都合により変更する場合があります。※カレールー、ハヤシルー、ホワイトルウ、デミグラスソースは卵、小麦を使用していません。※加工品は主な原材料を表示しています。
★業者配送 ※ごはん・めん・牛乳・大豆は北名古屋市産又は愛知県産農作物 ※小学校のエネルギーは、3・4年生の値です。 ※[]内に主食・飲用牛乳を表示しています。

9月15日 今月の郷土料理 新潟県

「のっぺい汁」は、新潟県で古くから親しまれている郷土料理です。さといもを主な材料とし、野菜やきのこなどを薄味で煮て、とろみをつけて作ります。新潟県では、お正月やお祝いごとなど、人が集まる特別な日に作られることが多い料理です。「のっぺい」という名前は、とろみのある汁であることから「ぬっぺい」と呼ばれ、それがなまって「のっぺい」と呼ばれるようになったとされています。

9月18日 食育の日

愛知県の食文化を代表する「豆みそ」を使った「肉みそソース」や、全国2位の出荷量を誇る「みつば」を使った「鶏肉とみつばの和風サラダ」を実施します。

9月24日 お彼岸献立

お彼岸とは、春分・秋分の日を中心に7日間行われる日本の仏教行事です。肉や魚を避けた、精進料理を供えることが基本とされています。また、お彼岸では、小豆を使ったもち菓子をお供えする風習があり、春は「ぼたもち」、秋は「おはぎ」と呼ばれます。名前は異なりますが、材料や作り方は基本的に同じです。

給食では、精進料理として肉を使用しない献立とし、デザートには、ミニおはぎを食べます。

9月25日 お月見献立

お月見は、お月様を見上げて秋の農作物の収穫に感謝や祈りをささげる日本の伝統行事です。この日のお月様を「中秋の名月」といい、ススキやお月見団子などを供えて月をながめる風習があります。また、農作物が豊かに収穫できるようにと願い、さといもをお供えしたことから、中秋の名月のことを「芋名月」と呼ぶこともあります。今年の中秋の名月は9月25日です。さといもを使ったコロッケや、お月様に見立てた団子やかまぼこが入った月見汁を実施します。

9月19日から10月4日まで、愛知県で「アジア競技大会」が行われます。開催を記念して、給食ではアジアの国の料理を提供します。9月14日に、インドなどで食べられる豆のカレー「ダールカレー」を実施します。お楽しみに！

献立表は保護者連絡ツール「teturu」で配信します。また、北名古屋市ホームページよりご確認ください。北名古屋市 献立表

毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～

「あい食育いきいきプラン2030」では、「食育の日」である毎月19日に合わせ、この日を「おうちでごはんの日」とし、早めに帰宅して、家族や友人と一緒に食卓を囲むよう勧めています。