



平成29年 9月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 かに そば 花生
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実	
4月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	沢煮わん	豚肉・油揚げ		にんじん	だいこん・ごぼう・たけのこ・ねぎ			
	鶏肉のレモン煮・2個	鶏肉			しょうが・レモン	でん粉・砂糖	油	
5火	ゆかり和え			こまつな・赤しそ粉	はくさい			
	冷やし中華めん					中華めん		小麦
	冷やし中華の具(ハム)	ハム						
	(卵)	卵				でん粉・砂糖	油	卵
	(野菜)		わかめ	さやいんげん・にんじん	きゅうり・もやし			
	※冷やし中華スープ(1食用)							
6水	牛乳		牛乳					乳
	春巻き	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でん粉・砂糖・小麦粉・水あめ	ごま油・油	小麦
	冷凍パイ				パイ			
	ご飯					米		
7木	牛乳		牛乳					乳
	鶏団子汁	鶏団子・とうふ		にんじん・みつば	はくさい・えのきたけ	しらたき		
	さばの銀紙焼き	さば・みそ				米粉・砂糖		
	こがね和え			ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	砂糖		
8金	麦ご飯					米・大麦		
	とうがんのキーマカレー	豚肉		トマト	とうがん・たまねぎ・しょうが	カレールウ	油	小麦
	牛乳		牛乳					乳
	貝だくさんスープ	ウインナー		にんじん・フロccoli	はくさい	じゃがいも		
11月	ヨーグルト		ヨーグルト					乳
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	春雨スープ	ハム		チンゲンサイ	もやし・たけのこ	はるさめ・でん粉		
12火	夏野菜の酢豚	豚肉・高野とうふのから揚げ		赤パプリカ・ピーマン	しょうが・たまねぎ・エリンギ・なす	でん粉・砂糖	油	小麦
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	豚汁	豚肉・生揚げ・みそ	わかめ	にんじん	だいこん・ごぼう	さといも・こんにゃく		
13水	つくね・2個	鶏肉・鶏レバー			たまねぎ	でん粉・米粉パン粉・砂糖	油	
	骨太和え		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	砂糖		
	スライスパン					スライスパン		小麦・乳
	牛乳		牛乳					乳
14木	ミネストローネ	ベーコン・だいず		にんじん・トマト・パセリ	たまねぎ・にんにく	じゃがいも	オリーブ油	
	ハムステーキ	鶏肉・豚肉				でん粉・砂糖	ラード・油	
	添え野菜			赤パプリカ・黄パプリカ	キャベツ		ドレッシング	
	りんごジャム					りんごジャム		
15金	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	八宝菜	豚肉・いか・うずら卵		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・たけのこ・干しいたけ	砂糖・でん粉	油	卵
	揚げぎょうざ・3個	鶏肉			キャベツ・たまねぎ・にんにく・しょうが	でん粉・砂糖・小麦粉	ごま油・ラード・油	小麦
15金	切り干しだいこんの中華サラダ			こまつな	切り干しだいこん・きゅうり	砂糖	ごま油	
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	かぼちゃ	たまねぎ・えのきたけ・ねぎ			
15金	さんまのごま揚げ	さんま			しょうが	でん粉	ごま・油	
	ささみと野菜の和え物	鶏肉			キャベツ・きゅうり・もやし	砂糖		
	きのこのすまし汁	鶏肉・かまぼこ		みつば	はくさい・しめじ・干しいたけ・えのきたけ			
	さといもコロッケ	鶏肉				さといも・砂糖・パン粉・小麦粉・でん粉	油	小麦
さんぴらごぼう	はんぺん		さやいんげん・にんじん	ごぼう	こんにゃく・砂糖	油		

☆ 献立紹介 ☆

7日(木)『とうがんのキーマカレー』は、黒田小学校の児童が考えた応募献立です。

まだまだ暑いこの季節、食欲を増すカレーに「とうがん」を加えました。「とうがん」は水分が多く、とろみのあるカレーもさっぱりと食べられます。

「とうがん」は愛知県でも多く栽培されています。



★給食レシビ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

QRコードを読み取り





平成29年 9月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 かに そば 落花生
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	
19 火	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	豚肉とだいこんの煮物	豚肉・がんもどき・はんぺん		にんじん・さやいんげん	だいこん	こんにゃく・砂糖		
	いわしの梅煮	いわし		赤じそ	梅干し	砂糖・でん粉		
	おひたし			チンゲンサイ	はくさい・もやし	砂糖		
20 水	ソフトめん					ソフトめん		小麦
	ミートソース	豚肉		にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ	ハヤシルウ・砂糖		小麦
	牛乳		牛乳					乳
	ポパイサラダ	ハム		ほうれんそう	キャベツ		ノンエッグマヨネーズ	
	さつまいもチップス					さつまいも	油	
21 木	麦ご飯					米・大麦		
	さけ二色丼の具（さけそぼろ） （卵）	さけ 卵		パセリ	しょうが	砂糖 でん粉・砂糖	油	卵
	牛乳		牛乳					乳
	いものこ汁	生揚げ		にんじん	だいこん・ねぎ	こんにゃく・さといも		
	磯香和え		のり	ほうれんそう	キャベツ・もやし			
22 金	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	ヘルシーマーボードウフ	豚肉・だいず・とうふ・みそ		にんじん・にら	たけのこ・ねぎ・たまねぎ・にんにく	でん粉・砂糖		
	パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし・もやし	はるさめ・砂糖	ごま油	
25 月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	かきたま汁	卵・鶏肉		にんじん	えのきたけ・干しいたけ・ねぎ	でん粉		卵
	ししゃもフライごまソース・3尾	子持ちししゃも				パン粉・小麦粉・砂糖・でん粉	油・ごま	小麦
三色和え	かにかまぼこ		こまつな	とうもろこし	砂糖		かに・小麦	
26 火	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	さつまい	鶏肉・みそ		にんじん	ごぼう・ねぎ	こんにゃく・さつまいも		
	ハンバーグみぞれかけ 花野菜のおかか和え	鶏肉・豚肉 かつお削り節			たまねぎ・だいこん ブロッコリー カリフラワー	じゃがいも・砂糖	ラード・油	
27 水	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		小麦・乳
	ホットドッグの具（ウインナー・2本） （キャベツソテー）	豚肉			キャベツ	でん粉・砂糖	油	
	※ケチャップ（1食用）							
	牛乳		牛乳					乳
28 木	クリームスープ	鶏肉	牛乳	にんじん・パセリ	たまねぎ・エリンギ	じゃがいも・ホワイトルウ		乳・小麦
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	ちゃんこ汁	豚肉・焼きどうふ			はくさい・えのきたけ・ねぎ しょうが	しらたき		
29 金	ちくわのお好み揚げ・3本	ちくわ	干しえび・青のり		しょうが	小麦粉	油	小麦・えび
	ひじきのいため煮	ツナ	ひじき	にんじん・さやいんげん	とうもろこし	砂糖		
	ご飯					米		
29 金	ハヤシライス	豚肉		にんじん	たまねぎ・マッシュルーム・にんにく・グリーンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	油	小麦
	牛乳		牛乳					乳
	フルーツカクテル				夏みかん・もも・パイナップル	カクテルゼリー・砂糖		

*** お知らせ ***

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」を使用していません。
- ② 4日・6日・11日・14日・19日・22日・26日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは栄養教諭にお問合せください。
- ③ アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。
- ※ 調味料は1～6群に分類しないため「冷し中華スープ（1食用）」「ケチャップ（1食用）」は分類していません。

☆アレルギー義務表示変更のお知らせ☆

9月分献立表より、アレルギー義務表示の表示方法が変わりました。献立ごとに文字で表記しているため、一目でわかるようになっています。

「野菜料理コンテストいちのみや～なすを食べよう～」レシピ募集中！！

締切 9月29日(金)(必着)
詳しくは市ウェブサイトまたは、健康ひろば(9月1日発行号)にて確認できます。
【お問い合わせ】
一宮市健康づくり課
(中保健センター)
72-1121

