



2025年9月分 学校給食献立予定表



みんなで協力して楽しい食事をしよう

にち 日	よう 曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校 エネルギー (kcal)	中学校 エネルギー (kcal)
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実		
2	火	ご飯					【こめ】		613	753
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ビビンバの具	ぶたにく		にんじん	しょうが・にんにく	さとう・でんぶん	あぶら	24.0	28.4
		◎ビビンバの野菜			ほうれんそう	もやし	さとう	ごまあぶら		
		わかめスープ	とりにく・【とうふ】	わかめ	にんじん	たまねぎ・ねぎ・とうもろこし	でんぶん	あぶら		
		*愛知のみかんゼリー				【みかん】	さとう			
3	水	ご飯					【こめ】		632	775
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		てりとり	とりにく			しょうが	さとう・でんぶん	あぶら	28.1	32.8
		◎赤じそ和え			しそ	だいこん・もやし				
4	木	かぼちゃのみそ汁	ぶたにく・あぶらあげ・あかみそ		かぼちゃ・にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ		あぶら		
		ミルクロールパン					ミルクロールパン		587	755
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく				でんぶん・さとう	ラード あぶら	25.6	31.4
5	金	ラタトゥイユ	ベーコン		あかパプリカ・トマト	たまねぎ・ズッキーニ きパプリカ・にんにく		オリーブあぶら		
		コンソメスープ	とりにく		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも	あぶら		
		わかめご飯		わかめ			【こめ】		587	770
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
6	土	☆かつおのミンチカツ	かつお			たまねぎ・しょうが	パンこ・さとう こむぎこ	あぶら	20.9	26.0
		切り干しだいこんのいため煮	ベーコン		にんじん・さやいんげん	【きりほしだいこん】	さとう	あぶら		
		けんちん汁	【とうふ】		にんじん・こまつな	こんにゃく・ごぼう・だいこん		ごまあぶら		
7	日	ご飯					【こめ】		670	819
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		キーマカレー	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・ブロッコリー トマト	たまねぎ・にんにく	ひよこまめ・カレールウ	あぶら	23.0	26.2
		☆チキンナゲット (小中2)	とりにく			にんにく	パンこ・こむぎこ	ラード あぶら		
8	月	◎キャベツサラダ				キャベツ・きゅうり・とうもろこし		ドレッシング		
		ご飯					【こめ】		604	752
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		さばのみそだれ	さば・ミックスみそ				さとう・でんぶん	あぶら	29.4	34.8
9	火	◎ほうれんそうのささみ和え	ささみフレーク		ほうれんそう	もやし		ドレッシング		
		菊のすまし汁	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・みつば	はくさい・えのきたけ				
		麦ご飯					【こめ】・おおむぎ		645	832
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
10	水	ぶたキムチだいこん	ぶたにく・あつあげ		にんじん・さやいんげん パプリカ	だいこん・ほししいたけ はくさい・にんにく	さとう・でんぶん	あぶら	24.0	28.6
		☆揚げギョーザ (小2・中3)	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	でんぶん・さとう こむぎこ	ラード・あぶら ごまあぶら		
		◎ブロッコリーのナムル			ブロッコリー		さとう	ごまあぶら		
11	木	冷やしうどん					ひやしうどん		700	853
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		冷やしうどんの具							23.6	27.3
		☆とり肉の竜田揚げ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぶん・こめこ	あぶら		
		◎キャベツのツナ和え	まぐろフレーク	わかめ	にんじん・みすな	キャベツ・きゅうり	さとう			
		(冷やしうどんのたれ)								
12	金	シャインマスカットゼリーの 白玉フルーツポンチ				パインアップル			662	799
		<シャインマスカットゼリー> <白玉だんご>				ぶどう	さとう			
		ご飯					【こめ】		23.0	25.9
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
13	土	ハンバーグのいちじくソースがけ	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・【いちじく】・レモン	でんぶん・さとう じゃがいも	ラード・あぶら	23.0	25.9
		☆さといもの揚げ煮			さやいんげん	しょうが	さといも・さとう でんぶん	あぶら		
		とうがん汁	とりにく・【とうふ】		にんじん・はねぎ	とうがん・はくさい ほししいたけ		あぶら		
14	日	ご飯					【こめ】		596	746
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		いわしの梅煮	いわし		しそ	うめ	さとう・でんぶん		24.5	29.6
		きんぴらごぼう	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・さやいんげん	ごぼう	さとう	ごまあぶら あぶら		
15	月	オクラとなめこのみそ汁	ぶたにく・【とうふ】 ミックスみそ		オクラ・にんじん	なめこ・だいこん		あぶら		



2025年9月分 学校給食献立予定表



みんなで協力して楽しい食事をしよう

に ち 日	よう ら 曜	こんだてめい 献立名	あか 赤：主に体の組織をつくる		みどり 緑：主に体の調子を整える		き 黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校
			1群（たんぱく質）	2群（カルシウム）	3群（カロテン）	4群（ビタミン）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
17	水	ごはん					【こめ】		668	785
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		☆ポテトコロッケ			にんじん・さやいんげん	たまねぎ・とうもろこし	じゃがいも・パンこ こむぎこ・さとう でんぶん	あぶら		
		◎即席和え				きゅうり・キャベツ・だいこん	さとう			
		ちゃんこ汁			にんじん	はくさい・ねぎ・えのきたけ しらたき				
＜とり団子＞			とりにく			たまねぎ・キャベツ	でんぶん・みずあめ	あぶら	23.7	26.0
18	木	麦ごはん					【こめ】・おおむぎ		635	795
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		マーボーなす	ぶたにく・あかみそ		にんじん・にら	なす・しょうが・にんにく	さとう・でんぶん	あぶら		
		☆春巻	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぶん・さとう こむぎこ・みずあめ	ごまあぶら あぶら		
		はるさめスープ	とりにく		にんじん・チンゲンサイ	はくさい・とうもろこし	はるさめ	あぶら		
19	金	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		689	873
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ホットドッグの具								
		焼きフランクフルトのケチャップソースがけ	ぶたにく		【トマト】		さとう・でんぶん	あぶら		
		◎キャベツのドレッシング和え				キャベツ		ドレッシング		
コーンクリームスープ			とりにく・とうにゅう		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・とうもろこし	ホワイトルウ	あぶら	26.1	32.4
22	月	ごはん					【こめ】		646	804
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		☆さけと大豆の甘がらめ	さけ・【だいず】			しょうが	でんぶん・さとう	あぶら		
		◎いんげんのごま和え			さやいんげん		さとう	ごま		
		わかめのみそ汁	【とうふ】・あぶらあげ しろみそ	わかめ	にんじん	はくさい・えのきたけ	じゃがいも			
24	水	ごはん					【こめ】		640	798
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		☆ささみ大葉梅肉フライ	【ささみ】		【おおば】	うめ	パンこ・さとう こむぎこ・でんぶん	あぶら		
		ひじきのいため煮	まぐろフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら		
		かきたま汁	たまご・かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ ほししいたけ	でんぶん			
25	木	ごはん					【こめ】		646	794
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		スタミナ肉じゃが	ぶたにく		にんじん・にら	こんにゃく・たまねぎ・にんにく	じゃがいも・さとう	あぶら		
		☆ちくわの磯辺揚げ（小中2）	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら		
		◎花野菜のおかか和え	かつおぶし		ブロッコリー	カリフラワー	さとう			
26	金	ソフトめん					ソフトめん		629	771
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ちゃんぽん風ソフトめん（汁）	ぶたにく・いか		にんじん	キャベツ・もやし・ねぎ		あぶら		
		ポークシューマイ（小2・中3）	ぶたにく			たまねぎ・ねぎ・しょうが にんにく	でんぶん・さとう こむぎこ・みずあめ	あぶら		
		◎チンゲンサイの中華和え	ささみフレーク		チンゲンサイ・にんじん		さとう	ごまあぶら		
29	月	ごはん					【こめ】		593	754
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		☆ソースカツ	ぶたにく				でんぶん・パンこ さとう	あぶら		
		◎こんぶ和え		こんぶ		はくさい・きゅうり				
		さつま汁	とりにく・ミックスみそ		にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ しょうが	さつまいも	あぶら		
30	火	ごはん					【こめ】		626	765
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・しめじ	じゃがいも・ハヤシルウ	あぶら		
		オムレツ	たまご				さとう	あぶら		
		◎骨太サラダ	ハム	ちりめんじゃこ	こまつな	キャベツ・とうもろこし		ドレッシング		

○ ＊ 印の愛知のみかんゼリーの空容器・スプーンは業者が回収します。

○ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

○ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。（天候などにより、産地が変わることがあります。）

○ 献立名に（ ）で記載してある調味料は、小袋タイプです。

○ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。

○ ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

○ 2日、3日、9日、12日、16日、22日、25日は、アレルゲン（えび・かに・くるみ・小麦・卵・乳）を含まない献立です。

○ すべての食材には、そば・落花生を使用していません。



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。
ご家庭でも給食の味を再現
してみてください。