



2024年 9月

学校給食献立表

給食回数 18回

東郷町給食センター

給食日		献立名	主な食品とその働き	牛乳 (2群)	赤の仲間 (血や肉や骨になる)		緑の仲間 (体の調子を整える)		黄の仲間 (熱や力の元になる)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
					肉・魚・大豆・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・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
応募献立	3	火	玄米ごはん	牛乳					玄米ごはん (町)	
			野菜たっぷりキーマカレー		牛肉, 豚肉 (県)		にんじん, ピーマン, トマト (県), かぼちゃ, にんにく (町), しょうが, たまねぎ, えのきたけ, なす (県)		でんぷん, 砂糖, さつまいも, 米粉 (町)	米ぬか油, 植物油
			米粉のじゃがいもコロッケ		豚肉, 牛肉		にんじん, パセリ	たまねぎ	じゃがいも, 三温糖, 米粉, でんぷん	米ぬか油
			福神ドレッシングサラダ				なた豆, しそ, 大根, うり, なす, れんこん, きゅうり, しょうが, キャベツ		てんさい糖, 三温糖	米ぬか油
			★フローズンヨーグルト (◆ぶどうゼリー)			フローズンヨーグルト		ぶどう果汁	砂糖	
	4	水	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
			おろしハンバーグ		鶏肉, 豚肉, 大豆		トマト	たまねぎ, しょうが, にんにく, 大根, ゆず果汁	でんぷん, 三温糖	豚脂
			★きゅうりとじゃこの酢の物			しらす, わかめ		有機きゅうり (町)	三温糖	
			★呉汁		豚肉 (県), 油揚げ (県), 大豆, 白みそ (県)		にんじん	こんにゃく, 大根, ねぎ	さといも	
	5	木	あいちの米粉パン	牛乳					あいちの米粉パン (県)	
			焼きそば		豚肉 (県), いか, はんぺん		にんじん	キャベツ, もやし (県), たまねぎ	焼きそば麺, 三温糖	米ぬか油
			オニオンハニーマスタードサラダ		チキンハム			有機きゅうり (町), たまねぎ	はちみつ	ノンエッグ大豆マヨネーズ
			冷凍パイ					パイナップル (缶)		
	6	金	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
			★さば銀紙焼き		さば, 豆みそ				砂糖, 米粉	
			ささみときゅうりの梅あえ		ササミオイル漬			もやし (県), 有機きゅうり (町), 梅干し	砂糖, でんぷん, 三温糖	
			冬瓜の薄くず汁		鶏肉, 油揚げ (県)		にんじん, みつば (県)	とうがん (町), たけのこ, しいたけ, こんにゃく	でんぷん	
	9	月	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
			★厚焼き卵のあんかけ		鶏卵				砂糖, タピオカでんぷん, でんぷん	大豆油
			肉じゃが		豚肉 (県)		にんじん	こんにゃく, たまねぎ	じゃがいも, 砂糖	
			★ひじきサラダ		まぐろ油漬, 大豆 (県)	ひじき	ほうれんそう	キャベツ, とうもろこし, ゆず果汁	三温糖	米ぬか油, オリーブ油
	10	火	玄米ごはん	牛乳					玄米ごはん (町)	
			★麻婆豆腐		豚肉 (県), 大豆ミンチ (県), 豆腐, 赤みそ (県), コチジャン		にんじん	しょうが, にんにく (町), たけのこ, ねぎ	三温糖, でんぷん	米ぬか油, ごま油
			★ほうれん草ののりじゃこナムル			しらす, きざみのり	ほうれんそう	もやし (県)	三温糖	ごま油
			冷凍みかん					みかん (生)		
かみかみメニュー	11	水	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
			ささみ大葉肉フライ		ささみ, 大豆		しそ	うめ	小麦粉, でんぷん, 砂糖	米ぬか油
			★切干大根ときゅうりの塩昆布あえ (●ごま)			塩昆布		切干だいこん (県), 有機きゅうり (町)		ごま油, ごま
	12	木	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
			★いわしの生姜煮		いわし			しょうが	てんさい糖, でんぷん	
			ごま酢あえ		ササミオイル漬	わかめ	にんじん	有機きゅうり (町)	三温糖	ごま, 米ぬか油
			いものこ汁		鶏肉, 油揚げ (県)		にんじん	こんにゃく, 大根, ねぎ	さといも, でんぷん	
	13	金	中華そば	牛乳					中華そば	
			豆乳ごま担々めん		豚肉 (県), 赤みそ (県), 豆乳		にら, にんじん	にんにく, もやし (県)		練りごま, ごま, ごま油
			ごぼう入りつくね小2中3		鶏肉, 大豆			ごぼう, たまねぎ, しょうが	でんぷん, てんさい糖	豚脂, 植物油
			ツナときゅうりの中華和え		まぐろ油漬			有機きゅうり (町), キャベツ	三温糖	ごま油
十五夜メニュー	17	火	鶏ごぼうごはん	牛乳	鶏肉, 油揚げ (県)		にんじん	ごぼう, しいたけ	アルファ化米 (県), アルファ化もち米, 三温糖	
			里芋コロッケ		鶏肉, 大豆				さといも, 小麦粉, 砂糖, でんぷん	大豆油, 米ぬか油
			★しらす和え (●しらす)			乾燥ちりめん		キャベツ, 有機きゅうり (町)		
			△月見だんご		大豆			砂糖, 米粉		
にこにこ給食	18	水	△紫の野菜ジュース				にんじん, しそ, ブロッコリー, ケール, グリーンアスパラガス, パセリ, ほうれんそう, かぼちゃ, 赤ピーマン, クレソン	キャベツ, はくさい, セロリ, りんご, ぶどう, レモン, ブルーベリー, ラズベリー, 大根, たまねぎ, レタス, ビート, クランベリー		
			ごはん						ごはん (町)	
			ホイコーロー		豚肉 (県), 赤みそ (県)		ピーマン	しょうが, たけのこ, キャベツ	三温糖, でんぷん	米ぬか油
			きゅうりのピリ辛漬け					有機きゅうり (町)	三温糖	ごま油
	19	木	はるさめスープ	牛乳	鶏肉, 豚肉		にんじん	しめじ, たまねぎ, ねぎ	はるさめ	米ぬか油
			りんごパン						りんごパン	
			チキンのキャロットソースがけ		鶏肉		にんじん	にんにく	三温糖	
			ミネストローネ		ベーコン		にんじん, トマト (県), パセリ	たまねぎ, セロリ, にんにく, マッシュルーム, なす (県)		米ぬか油
	20	金	コールスローサラダ	牛乳	チキンハム			キャベツ, とうもろこし	きび糖	ノンエッグレッシング
			玄米ごはん						玄米ごはん (町)	
			鶏そぼろどんぶり (●卵)		鶏卵, 鶏肉			たまねぎ, しょうが	タピオカでんぷん, 三温糖, でんぷん	植物油
			ツナの海藻サラダ		まぐろ油漬	海藻ミックス		有機きゅうり (町), キャベツ	三温糖	オリーブ油
	24	火	なめこ汁	牛乳	豚肉 (県), 豆腐, 赤みそ (県), 白みそ (県)		にんじん	なめこ, 大根, ねぎ		
			チャーハン		豚肉 (県), 大豆		にんじん	たまねぎ, しょうが, しいたけ, ねぎ	水あめ, 三温糖, アルファ化米 (県)	ごま油
			愛知の野菜春巻き		鶏肉		にんじん	キャベツ, れんこん	でんぷん, 三温糖, 小麦粉	ごま油, 大豆油, 米ぬか油
			バンバンジーサラダ		ササミオイル漬			もやし (県), 有機きゅうり (町)	三温糖	練りごま
	25	水	△なしゼリー	牛乳				梨果汁	砂糖	
			わかめごはん						わかめごはん (町)	
			たらの塩こうじ焼き		すけとうだら					
			アーモンド和え (●アーモンド)				ほうれんそう, にんじん	もやし (県)		アーモンド
	26	木	おじゃがもち汁	牛乳	鶏肉, 油揚げ (県)		にんじん	こんにゃく, 大根, しめじ, ねぎ	じゃがいも, でんぷん	
			東郷町産有機栽培米						有機栽培米 (町)	
			鶏肉のてりかけ		鶏肉				でんぷん, 三温糖	米ぬか油
			枝豆サラダ		ササミオイル漬		にんじん, ゆず果汁, えだまめ, キャベツ, 有機きゅうり (町)	三温糖		
	27	金	秋なすのみそ汁	牛乳	豚肉 (県), 豆腐 (県), 油揚げ (県), 白みそ (県), 赤みそ (県), わかめ		にんじん	大根, なす (県), えのきたけ		
			ソフトめん						ソフトめん	
			中華あんかけ		豚肉 (県), えび		にんじん	たまねぎ, キャベツ, きくらげ, しいたけ, たけのこ	でんぷん, 三温糖	ごま油
			たら入りしゅうまい小2中3		魚肉すり身		にんじん	たまねぎ	小麦粉, でんぷん, 砂糖	豚脂, ごま油
	30	月	パンサンスー	牛乳	チキンハム		チンゲン菜 (県)	もやし (県)	三温糖	ごま油
			玄米ごはん						玄米ごはん (町)	
			ハッシュドボーク		豚肉 (県)		にんじん, トマト (県), ピーマン	たまねぎ, マッシュルーム, しめじ, にんにく	米粉, 砂糖, でんぷん, とうもろこし粉	米ぬか油, 植物油, 大豆油
			イタリアンサラダ				赤パプリカ	キャベツ, 有機きゅうり (町), とうもろこし	三温糖	米ぬか油, オリーブ油
			フルーツのゼリーあえ				パイナップル (缶), みかん (缶), なつみかん (缶), ぶどう果汁		てんさい糖	

★マークはカルシウムを多く含む献立です。(小)は小学校のみ(中)は中学校のみ提供されます。▲印は業者が配送・回収する食品です。△印は業者が配送する食品です。●印はクラスづきの食品です。◆印はアレルギーの代替食です。(県)は愛知県内でとれたものです。(町)は東郷町内でとれたものです。斜体の食材は東郷町が公費負担している食材です。《都合により献立内容が変更したり、天候等により産地が変更したりする場合があります。》

【今月の応募献立】3日「野菜たっぷりキーマカレー」
諸輪中学校 2年生 柘植 心琴 さん
野菜がたっぷり入っているので栄養満点で、とてもおいしいです。

【献立について】
11日 かみかみメニューの日です。「切干大根ときゅうりの塩昆布あえ」をよくかんで食べましょう。
よくかむことであごを強くし、歯並びをよくして虫歯を予防します。
17日 十五夜メニューとして「里芋コロッケ」と「月見だんご」が出ます。