



2026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		主な食品とその働き 献立名	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
2	水	げん米ごはん	牛乳					玄米ごはん (町)	
		夏野さいカレー		豚肉 (県)	にんじん, トマト (県), かぼちゃ, ピーマン	にんにく (町), たまねぎ, 有機なす (町)	でんぶん, 砂糖, さつまいも, 米粉 (町)	米ぬか油, 植物油	
		福神づけサラダ			なた豆, しそ, きゅうり, 大根, うり, なす, れんこん, しょうが		てんさい糖		
		フルーツとナタデココのゼリーあえ				パイナップル (缶), 黄桃 (缶), ぶどう果汁	三温糖, ナタデココ		
3	木	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		キムタクごはんの具		豚肉 (県)	にんじん, はくさい, たまねぎ, りんご, にんにく, しょうが, つぼ漬け, ねぎ	てんさい糖	ごま油		
		ぎょうざ (小2中3)		豚肉	にら	キャベツ, しょうが	でんぶん, 砂糖, 小麦粉	豚脂, ごま油, 大豆油	
		はるさめスープ		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	
		★味つきかんそう小魚			かたくちいわし		砂糖, でんぶん		
4	金	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		魚のすり身カツ		魚肉すり身, 大豆	しらす, あおのり		たまねぎ	でんぶん, 砂糖, 小麦粉, とうもろこしでんぶん	植物油, 米ぬか油
		ゆかりあえ				赤しそ (県)	きゅうり, キャベツ		
		スタミナ汁		豚肉 (県), 豆腐, 油揚げ (県), 赤みそ (県), 白みそ (県)		たまねぎ, にんにく (町), ねぎ	じゃがいも		
7	月	チャーハン	牛乳	豚肉 (県), 焼き豚		にんじん	たまねぎ, しょうが, しいたけ, ねぎ	アルファ化米 (県)	ごま油
		春まき		豚肉	にんじん, にら	キャベツ, もやし, エリンギ	でんぶん, てんさい糖, 小麦粉	ごま油, 大豆油, 米ぬか油	
		パンバンジーサラダ		ササミオイル漬		もやし (県), きゅうり	三温糖	練りごま	
		△なしゼリー				梨果汁	砂糖		
8	火	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		★あつやきたまごのあんかけ		鶏卵				砂糖, でんぶん	植物油
		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
にこにこ給食		△赤の野さいジュース				にんじん, トマト, 赤ピーマン, 赤しそ, グリーンアスパラガス, ケール, ブロッコリー, ほうれんそう, ブチヴェール, パセリ, リーフレタス, かぼちゃ, クレソン			
9	水	ごはん		鶏肉				ごはん (町)	
		米このチキンカツ					とうもろこしでんぶん, 米粉, 三温糖, でんぶん	米ぬか油	
		わいわいしゃきしゃききゅうり				塩昆布, のり	きゅうり, しょうが		
応募献立		とんじる	豚肉 (県), 赤みそ (県), 白みそ (県)	にんじん	こんにゃく, ごぼう, 大根, ねぎ	さといも			
10	木	ソフトめん	牛乳					ソフトめん	
		ミートソース		豚肉 (県), 大豆ミンチ (県)	にんじん, トマト (県), ピーマン	たまねぎ, マッシュルーム, にんにく	砂糖, 米粉, でんぶん, とうもろこし粉	大豆油, 植物油	
		コールスローサラダ		チキンハム	にんじん	キャベツ, とうもろこし	三温糖	フレンチドレッシング	
		オレンジ				オレンジ (生)			
11	金	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		おろしハンバーグ		豚肉, 鶏肉, 大豆	トマト	たまねぎ, にんにく, しょうが, 大根, ゆず果汁	砂糖, でんぶん	豚脂	
		ささみと青なごまだれ		ササミオイル漬	にんじん, チンゲン菜 (県)	もやし (県)	三温糖	練りごま	
		かぼちゃのみそしる		油揚げ (県), 赤みそ (県), 白みそ (県)	わかめ	にんじん, かぼちゃ (町)	たまねぎ, ねぎ		
14	月	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		さばの八丁みそに		さば, 八丁みそ (県)				てんさい糖	
		わかめときゅうりのすの物			わかめ	きゅうり	三温糖		
		★かきたまじる		鶏肉, 豆腐 (県), 鶏卵	にんじん	しいたけ, ねぎ	でんぶん		
15	火	げん米ごはん	牛乳					玄米ごはん (町)	
		★マーボー豆腐		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, でんぶん	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
		れいとうみかん					みかん (生)		
16	水	あいちの米こパン	牛乳					あいちの米粉パン (県)	
		米このホキフライレモンソース		ほき			レモン果汁	米粉, 三温糖	米ぬか油
		ラタトゥイユ		豚肉 (県)	にんじん, 赤パプリカ, パジル, トマト, にんにく (町), ズッキーニ, 有機なす (町), たまねぎ			オリーブ油	
		ささみの海そうサラダ		ササミオイル漬	海藻ミックス		こんにゃく, きゅうり	三温糖	米ぬか油
17	木	げん米ごはん	牛乳					玄米ごはん (町)	
		★おこのみどんぶり		おから, 鶏肉, まぐろ油漬, かんばち	にんじん	しょうが, しいたけ	三温糖	米ぬか油	
		アーモンドあえ (●アーモンド)			ほうれんそう, にんじん	もやし (県)		アーモンド	
		冬がんのうすくずじる		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	でんぶん		
18	金	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		ヤンニョムチキン		鶏肉, コチジャン		にんにく (町)	でんぶん, 三温糖	米ぬか油	
		チャプチェ (●ごま)		豚肉 (県)	にんじん, ピーマン	たまねぎ, キャベツ, しめじ	春雨, 三温糖	ごま油, ごま	
		わかめスープ		豆腐 (県), 豚肉	わかめ	にんじん	たまねぎ, もやし (県), しいたけ	でんぶん	
24	木	中かめん	牛乳					中華めん	
		豆にゅうごまたんたんめん		豚肉 (県), 赤みそ (県), 豆乳	にら, にんじん	にんにく (町), もやし (県)		練りごま, ごま, ごま油	
		あいちの大根葉入りチヂミ		コチジャン	にんじん, 大根葉 (県)	たまねぎ, レモン果汁, ねぎ	米粉, でんぶん, 三温糖	植物油	
		ツナときゅうりの中かあえ		まぐろ油漬		きゅうり, キャベツ	三温糖	ごま油	
25	金	とりめし	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, 米ぬか油	
		里いもコロッケ		鶏肉, 大豆			さといも, 小麦粉, 砂糖, でんぶん	植物油, 米ぬか油	
		チンゲンサイのじゃこドレあえ		チキンハム	しらす	チンゲンサイ (県)	もやし (県)	三温糖	米ぬか油
		△月見だんご		大豆			砂糖, 米粉		
28	月	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		ルーローハンの具		豚肉 (県)	たまねぎ, たけのこ, しいたけ, にんにく (町), しょうが	三温糖, でんぶん	米ぬか油		
		きゅうりのピリからづけ			きゅうり	三温糖	ごま油		
		フォー・ガー		鶏肉	にんじん	たまねぎ, もやし (県), ねぎ	フォー		
29	火	ごはん	牛乳					ごはん (町)	
		東ごう町さんキャベツ入りメンチカツ		豚肉, 大豆		キャベツ (町), たまねぎ (町)	砂糖, 水あめ, 小麦粉, 米粉, とうもろこしでんぶん, 米ぬか油		
		ごまずあえ		ササミオイル漬	わかめ	にんじん	きゅうり	三温糖	ごま, 米ぬか油
		★ごじる		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		
30	水	クロスロールパン	牛乳					クロスロールパン	
		さばのトマトソースかけ		さば	トマト	にんにく (町)	三温糖	オリーブ油	
		カラフルサラダ			黄パプリカ, 赤パプリカ	キャベツ, きゅうり	三温糖	米ぬか油, オリーブ油	
		★コーンスープ		ベーコン, 白いんげんまめ	牛乳, チーズ	パセリ	たまねぎ, とうもろこし	米粉, 砂糖, でんぶん	植物油

★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。●印はクラス分けの食品です。◆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。《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。》

【献立について】

25日 十五夜メニューとして「里いもコロッケ」と「月見だんご」が出ます。
30日 6月実施予定だった応募献立「さばのトマトソースかけ」が登場します。
アジア競技大会応援献立として、2日 ナタデココ(フィリピン)、18日 ヤンニョムチキン・チャプチェ(韓国)、
28日 ルーローハンの具(台湾) フォー・ガー(ベトナム)が登場します。

【今月の応募献立】

9日 「わいわいしゃきしゃききゅうり」 東郷中2年生 廣島 那美さん
きゅうり、のり、こんぶの組み合わせがよい料理です。
ぜひ食べてみてください。