



9月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会
学校給食課

こんげつ 今月のこんだて目標
もくひょう 夏バテを回復する食事をとろう

日	曜	園	園	こんだて名	主な材料とその働き		
					団 体をつくる	團 体の調子を整える	團 体を動かすエネルギーになる
3	火	麦ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー	ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ
				ごぼうとアーモンドのサラダ		ごぼう にんじん きゅうり とうもろこし	アーモンド ドレッシング さとう
				ふくじんづけ		ふくじんづけ	
4	水	げん米ごはん	牛乳	マーボどうふ	とうふ ぶた肉 みそ	にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく	さとう ごま油 でん粉
				からふとししゃもフライ(2ひ)	からふとししゃも		パン粉 小麦粉 米油
				きよぼう(3こ) たく上ソース		春日井市産きよぼう	
5	木	ごはん	牛乳	こうやどうふのたまごとし	たまご とり肉 とうやどうふ	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう
				肉やさしいため	ぶた肉	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが にんにく りんご	さとう 米油
				れいとうパイナップル		パイナップル	
6	金	クロスロールパン	牛乳	ミネストローネ	とり肉	たまねぎ キャベツ にんじん トマト セロリ	マカロニ さとう
				コロコロポテトサラダ	まぐろ油づけ	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	じゃがいも さとう
				豆乳デザート	豆乳デザート		
				小ぶくろたまごなしマヨネーズ			たまごなしマヨネーズ
9	月	麦ごはん	牛乳	スタミナじる	とうふ ぶた肉 油あげ みそ	たまねぎ だいこん にんじん ねぎ にんにく	じゃがいも
				まぐろのあまからにきざみたくあん	まぐろ油づけ	しょうが	さとう
				手まきり	のり	たくあんづけ	
10	火	くろロールパン	はっこう乳	じゃがいもスープ	牛乳 生クリーム	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	じゃがいも バター
				フランクフルト	フランクフルト		米油
				ポイルキャベツ		キャベツ	
				小ぶくろケチャップ			
11	水	ごはん	牛乳	ぶたどんのぐ	ぶた肉 焼きどうふ	たまねぎ しらたき ねぎ にんじん エリンギ	さとう
				おひたし	かまぼこ しらすぼし	もやし にんじん ほうれんそう	白ごま さとう サラダ油
				れいとうみかん		みかん	
12	木	麦ごはん	牛乳	ハッシュビーフ	牛肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース にんにく トマト	ハヤシルウ さとう
				たこナゲット(2こ)	たこ いか タチウオ		小麦粉なたね油 でん粉 米油
				にんじんサラダ		にんじん パセリ	ドレッシング
				ブルー		ブルー	
13	金	わかめごはん	牛乳	さといもとれんこんのうまに	生あげ ぶた肉	れんこん こんにやく にんじん さやいんげん	さといも さとう
				あつ焼きたまごのおろしだれかけ	たまご	だいこん	さとう でん粉
				月見だんご			月見だんご
17	火	ごはん	牛乳	けんちんじる	とうふ 油あげ	だいこん こんにやく にんじん とうもろこし ねぎ	ごま油
				さばぎんがみ焼き	さば みそ		さとう
				れいとうおうとう		もも	
18	水	ごはん	牛乳	はっぼうさい	いか うずらたまご ぶた肉 くきわかめ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ	さとう でん粉
				あげしゅうまい(2こ)	えび たら	たまねぎ	パン粉 でん粉 小麦粉 米油
				切りぼしだいのんのさっぱりづけ		きゅうり 切りぼしだいこん レモン	さとう ごま油
				ミックスナッツ			アーモンド カシューナッツ マカダミアナッツ
19	木	ツイストロールパン	牛乳	チキンピーズ	大豆 とり肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト	さとう
				ツナサラダ	まぐろ油づけ	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん	さとう オリーブ油
				れいとうパイナップル		パイナップル	
20	金	麦ごはん	牛乳	とうがんのカレースープ	とり肉	とうがん たまねぎ にんじん とうもろこし エリンギ オクラ	カレールウ
				さといもコロッケ	とり肉		さといも パン粉 小麦粉 米油
				アセロラゼリー		アセロラゼリー	
24	火	ごはん	牛乳	さわにわん	ぶた肉	たけのこ にんじん とうもろこし	じゃがいも
				ちくわのおこのみあげ(2こ)	ちくわ 青のり	しょうが	小麦粉 でん粉 米油
				きゅうりのごまじょうゆあえ		きゅうり	白ごま ごま油
				ココアパウダー			ココアパウダー

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	園	園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
25	水	麦ごはん	牛乳	わかめスープ	とうふ とり肉 わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし	白ごま ごま油
				ビビンバ	たまご 牛肉	大豆もやし こまつな 切りぼしだいこん にんにく	さとう
				れいとうみかん		みかん	
26	木	ごはん	牛乳	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ こんにゃく にんじん	じゃがいも さとう
				大豆とナッツのあげもの	大豆	えだ豆	でん粉 小麦粉 カシューナッツ 米油 さとう
				やさいふりかけ		やさいふりかけ	
27	金	ソフトめん	牛乳	ミートソース	ぶた肉 牛肉 大豆 チーズ だっし粉乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース	トマトルウ さとう
				フルーツミックス		みかん もも パイナップル	
				ほし小魚	ほし小魚		
30	月	ごはん	牛乳	白みそしる	とうふ とり肉 白みそ	だいこん にんじん こまつな えのきたけ	
				ひじき入りぶたそぼろ	たまご ぶた肉 ひじき	たまねぎ にんじん えだ豆 しょうが	さとう
				れいとう洋なし		洋なし	

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。 ④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

あいちけん とくさんひん つか りょうり
愛知県の特産品を使った料理



はつか きん
20日（金） とうがんのカレースープ

漢字で「冬」の「瓜」と書く「冬瓜」は、6月から9月ごろに収穫する夏野菜です。冬まで長期保存できることから、この名前がつけられました。愛知県の生産量は全国1位です。愛知の伝統野菜「早生とうがん」や沖縄県の「琉球とうがん」などの品種が県内で作られています。

かながわけん きょうどりょうり
神奈川県郷土料理



にち か
17日（火） けんちんじる

けんちん汁は、神奈川県鎌倉市にある建長寺というお寺で出されていた料理です。建長寺のお坊さんが生み出したことから「建長汁」と呼ばれ、いつのまにか「けんちん汁」となまって伝えられました。食材をごま油でいため、だし汁を加えた、しょうゆ味の汁です。

こんげつ しょうかい
今月のこんだて紹介



にち きん つきみ
13日（金） 月見だんご

今年の十五夜は、9月13日（金）です。一年中で月がもっともきれいな日です。十五夜は、月に見立てただんごや、ススキをそなえて、美しい月をながめて楽しみ、秋の収穫に感謝する行事です。月見だんごの形は地域によって違いがあります。

こんげつ しょうかい
今月のこんだて紹介



にち げつ しろ
30日（月） 白みそしる

今回の白みそ汁には、長野県（信州）を中心に生産されている白みそを使っています。白みそは、米こうじと大豆でつくる米みそで、淡い色で少し辛口の味です。いつもと違うみそ汁を味わってみてください。



きょほう



9月4日（水）は、春日井市内の小学生在が収穫した「きょほう」が給食に登場します。きょほうは、春日井市の特産品で、他の種類のぶどうに比べて、実が大きく、とても甘いので「ぶどうの王様」とも言われています。また、ぶどうにはブドウ糖という栄養がたっぷり含まれているので体のつかれをはやくとってください。

こんげつ しゅん
今月の旬のやさい

いつか ちく
5日（木）ピーマン



ピーマンは、ナス科の野菜でトウガラシの仲間です。ピーマンには、体の調子をととのえる働きのあるカロテン・ビタミンCなどが多く含まれています。暑い時期にたくさんとれるピーマンを食べて、暑さに負けない体を作りましょう。

9月の給食費

口座への入金振替予定日の前日までをお願いします。
※給食提供日の4日前（土日等、給食を実施しない日を除く。）までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

【小学校の予定金額】 245円×18日＝4,410円

【口座振替予定日】 令和元年10月31日（木）