

令和2年9月分 予定献立表（19回）

特別支援学校

刈谷市学校給食センター

日 曜	こんだて名 並び順：主食・牛乳、主菜、副菜、その他	    主に体をつくる もとなる食品	    主に体の調子を整えるもとなる食品	    主にエネルギーの もとなる食品	1人 1食 kcal 小 中・高
2 水	マーボーめん ぎゅうにゅう (ラーメン・マーボーめんのあん) はるまき れいとうみかん	飲用ぎゅうにゅう ぶたにく とろろ あかみそ はるまき	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが にんにく れいとうみかん	ラーメン ごまあぶら でんぶん さとう こめあぶら	706 776
3 木	クロロールパン ぎゅうにゅう いかフリッター (2こ) ミネストローネ やさいとチキンのバジルいため	飲用ぎゅうにゅう いかフリッター だいた 豚肉ウィンナー とりにく	にんじん しめじ セロリ たまねぎ トマト にんじん チンゲンサイ キャベツ バジル	クロロールパン こめあぶら じゃがいも	685 753
4 金	ごはん ぎゅうにゅう ショーロンポー (2こ) なつやさいのみそいため  きりぼしでちゅうかサラダ プチりんごゼリー	飲用ぎゅうにゅう ショーロンポー とりにく あかみそ	ピーマン にんじん キャベツ たけのこ たまねぎ なす きりぼしだいこん きゅうり	ごはん こめあぶら さとう ごま さとう ごまあぶら プチりんごゼリー	681 749
7 月	ごはん ぎゅうにゅう かれいフライのレモンに ごもくに キャベツのごまあえ	飲用ぎゅうにゅう かれいフライ とりにく はんぺん がんもどき	レモンかじゅう だいこん いんげん にんじん にんじん キャベツ こまつな	ごはん こめあぶら さとう さといも さとう ごま さとう	714 785
8 火	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグのてりやきソースかけ  めったじる チンゲンサイのいためもの	飲用ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく とろろ わかめ しろみそ まぐろあぶらづけ	しょうが にんにく こんにゃく ごぼう ねぎ チンゲンサイ もやし	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん さつまいも こめあぶら	661 727
9 水	ナン ぎゅうにゅう チキンカレー サモサ まめまめサラダ	飲用ぎゅうにゅう とりにく だいた あおえんどうまめ ひよこまめ あかいんげんまめ	たまねぎ トマト にんじん しょうが にんにく マッシュルーム キャベツ コーン	ナン こめあぶら カレールウ サモサ こめあぶら ドレッシング	614 675
10 木	ごはん ぎゅうにゅう まぐろのケチャップあえ とうふスープ かりがね小学校6年生 いしかわ 石川 湊菜さんの 我が家のじまん料理です。 ◆切り干しとナスのナンブー いんげん	飲用ぎゅうにゅう まぐろ とうふ、ハム とりにく	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ もやし なす きりぼしだいこん にんじん しめじ にんにく 	ごはん こめこ でんぶん こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら さとう	637 700
11 金	ごもくうどん ぎゅうにゅう (しらたまうどん・ごもくうどんのしる) さわらのさいきょうやき れんこんサラダ	飲用ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ さわらのさいきょうやき	にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ れんこん にんじん コーン	しらたまうどん でんぶん ドレッシング	645 709
14 月	ごはん ぎゅうにゅう けんちんしのだ [あまみそ] ぶたにくとやさいのしょうがに キャベツのレモンあえ 	飲用ぎゅうにゅう けんちんしのだ あまみそ ぶたにく はんぺん	いんげん にんじん しょうが たまねぎ こんにゃく にんじん キャベツ レモンかじゅう	ごはん じゃがいも さとう はちみつ さとう	715 786
15 火	ごはん ぎゅうにゅう いわしのオレンジに にくじゃが たくあんあえ	飲用ぎゅうにゅう いわしのオレンジに ぶたにく	にんじん グリンピース たまねぎ こんにゃく キャベツ たくあん	ごはん じゃがいも さとう ごま	670 737
16 水	カレーうどん ぎゅうにゅう (しらたまうどん・カレーうどんのしる) えびフライ えだまめ プチようなしゼリー	飲用ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ えびフライ	にんじん たまねぎ こまつな ねぎ えだまめ 	しらたまうどん でんぶん カレールウ こめあぶら プチようなしゼリー	609 669

こんだての見方

[]: 卓上物 【 】: 業者配送 太字: 新献立 ◆: 我が家のじまん料理

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります。気をつけて食べましょう。》

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。
献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。[刈谷市ホームページ⇒くらしの情報⇒教育⇒給食センター]
[携帯電話サイト用 URL : <http://www.city.kariya.lg.jp/mobile/index.html> 教育⇒給食センター]

毎月19日は食育の日～うちでごはんの日～



特別支援学校

17	ごはん レバーいりつくね (2こ) チンゲンサイとなまあぜのちゅうかに もやしときゅうりのナムル	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	レバーいりつくね ふたにく なまあぜ チンゲンサイ にんじん はくさい たけのこ しめじ もやし きゅうり しょうが	ごはん でんぶん ごまあぶら せきはん	623 685
18	せきはん とりにくのてりやき さけだんこのみそしる きゅうりとわかめのさんまいず	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	とりにくのてりやき さけだんこ とうふ ミックスみそ わかめ にんじん ねぎ コーン しょうが きゅうり キャベツ	せきはん じゃがいも さとう	619 680
23	ミルクロールパン オムレツ ハヤシチュー かいそうサラダ	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	ミルクロールパン オムレツ ふたにく だっしふんにゅう かいそう にんじん グリンピース たまねぎ マッシュルーム キャベツ コーン	ミルクロールパン じゃがいも ハヤシルウ	690 759
24	ごはん さばのぎんかみやき だんごじる ◆きりぼし大根と人参のさっぱり和え	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	さばのぎんかみやき かまぼこ はくさい にんじん ねぎ きりぼしだいこん にんじん	ごはん じゃがもちボール じゃがいも さとう ごま ごまあぶら	680 748
25	スライスパン スラッピージョー とうがんのスープ アセロラゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	スラッピージョー ふたにく ベーコン たまねぎ マッシュルーム にんじん パセリ とうがん キャベツ たまねぎ おうとう パインアップル	スライスパン パンこ さとう アセロラジュレ	620 682
28	ごはん ちゃんこに かぼちゃコロッケ キャベツのゆかりあえ	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	ちゃんこに とりにく とうふ かぼちゃコロッケ キャベツ ゆかりこ	ごはん はるさめ こめあぶら	619 680
29	ピビンバ (きんめげんまいごはん・ピビンバのく) えびしゅうまい (2こ) ちゅうかうたまたごスープ	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	ピビンバ ふたにく えびしゅうまい なるとまき たまご とうふ わかめ にんじん たまねぎ ねぎ	きんめげんまいごはん ごま ごまあぶら さとう はるさめ でんぶん ごまあぶら	661 727
30	やさしいたっぷりポロネーゼ (ソフトめん・やさしいたっぷりポロネーゼソース) とりにくのハーブやき グリーンサラダ	ぎゅうにゅう 飲用ぎゅうにゅう	やさしいたっぷりポロネーゼ ふたにく だいず とりにくのハーブやき キャベツ きゅうり コーン	ソフトめん こめあぶら こむぎこ さとう ドレッシング	672 739



【とうがんのスープ】

★9月25日(金)の給食に登場します。お楽しみに♪

— 材料 (4人分) —

ベーコン	75 g
たまねぎ	60 g
にんじん	50 g
とうがん	140 g
キャベツ	60 g
パセリ (乾燥)	適宜
水	500ml
こしょう	少々
コンソメ	小さじ2
塩	少々

— 作り方 —

- ① ベーコンとキャベツは 1 cm 幅の短冊切り、たまねぎとにんじんは 1 cm 程度の角切り、とうがんは適当な大きさの角切りにする。
- ② 鍋を温め、ベーコンを入れていためてこしょうをふる。ベーコンに火が通ったら、たまねぎを加えていためる。
- ③ にんじんととうがん、水を加えてあくを取りながら煮る。
- ④ コンソメと塩、キャベツを加えて煮る。
- ⑤ パセリを入れて出来上がり。



おすすめポイント！

とうがんには、「冬」という漢字が使われていますが、7～9月頃が旬の野菜です。



ベーコンとたまねぎをよくいためると旨味が増します。コンソメ味ですがさっぱりしていて、ごはんにもパンにも合います。お好みの野菜をたっぷり入れて食べるスープにしたり、残ったスープにカレールウを加えたりしてもおいしく食べることができます。ぜひお試しください。

※給食センターでは、大量調理のため料理をアレンジして提供します。