



2025年 9月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日	曜	献立名	あか おも からだ 赤：主に体をつくるもとになる		みどり おも からだ ちようし ととの 緑：主に体の調子を整える		き おも 黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
2	火	ごはん					こめ		623	15.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		なつやさいハヤシ	ぶたにく・ぶたレバー		にんじん・トマト	ズッキーニ・なす・たまねぎ	じゃがいも・ハヤシルウ	あぶら		
		シャインマスカットゼリーあえ				ナタデココ・パインアップル もも	ゼリー			
		＜マスカットゼリー＞				ぶどう	さとう			
3	水	ごはん					こめ		593	20.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		かぼちゃとこうやどうふのそぼろあんかけ	こうやどうふ・とりにく		かぼちゃ		でんぶん・さとう	あぶら		
		おくらのおかかあえ	かつおけすりぶし		オクラ	もやし	さとう			
		とうがんじる	かまぼこ		にんじん・こまつな	とうがん・えのきたけ・ねぎ				
4	木	ごはん					こめ		586	26.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さわらのねぎしょうがだれ	さわら			ねぎ・しょうが	さとう・でんぶん	あぶら		
		ごまあえ			ブロッコリー	もやし	さとう	ごま		
		しろみそしる	とりにく・みそ なまあげ	わかめ	にんじん	だいこん・しめじ	じゃがいも			
5	金	ひやしちゅうかめん					ちゅうかめん		650	25.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ひやしちゅうか（ぐ）	ツナ	わかめ	にんじん・みずな	きゅうり・もやし	さとう			
		ひやしちゅうかのたれ								
		とりにくとじゃがいものレモンマヨソース	とりにく			レモン	でんぶん・じゃがいも さとう	あぶら ノンエッグ マヨネーズ		
8	月	ごはん					こめ		617	21.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
		てっこつあえ		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	さとう			
		かきたまじる	たまご・かまぼこ		にんじん・みつば	たまねぎ・だいこん・ほししいたけ	でんぶん			
9	火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		596	22.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ヘルシーマーボードウフ	ぶたにく・ぶたレバー だいず・とうふ・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ・しょうが にんにく	さとう・でんぶん	あぶら		
		パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう	ごまあぶら		
10	水	ごはん					こめ		613	26.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		かますのひとくちあげ	かます				でんぶん	あぶら		
		ごもくにまめ	とりにく・だいず	こんぶ	にんじん	ごぼう	さとう	あぶら		
		だしをあじわうすましじる	とうふ		みつば	はくさい・だいこん				
11	木	ごはん					こめ		618	23.2
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		てりやきハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら・ラード		
		キャベツソテー			にんじん	キャベツ		あぶら		
		おまめトマトスープ	とりにく		ブロッコリー・トマト	しろいんげんまめ・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら		
12	金	ミルクロールパン					ミルクロールパン		604	23.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		やきそば	ぶたにく・ちくわ	あおのり	にんじん・ピーマン	キャベツ・しょうが	やきそばめん	あぶら		
		れんこんサラダ	ツナ			れんこん・きゅうり		ノンエッグ マヨネーズ		
16	火	ごはん					こめ		584	17.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あげぎょうざ・2こ	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・にんにく	こむぎこ	ごまあぶら あぶら		
		きりぼしだいこんのあますあえ	ツナ		こまつな	きりぼしだいこん	さとう			
		ビーフンスープ	とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・ほししいたけ	ビーフン			

★給食レシピ紹介★



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。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



2025年 9月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
17	水	ソフトめん					ソフトめん		663	26.0
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		キーマカレーソフトめん (しる)	ぶたにく・ぶたレバー		にんじん・トマト	たまねぎ・しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
		はなやさいサラダ	とりにく		ブロッコリー	カリフラワー・キャベツ	ひよこめめ	ノンエッグマヨネーズ		
18	木	むぎごはん					こめ・おおむぎ		584	23.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		スタミナどん (ぐ)	ぶたにく		にんじん・にら	ごぼう・しょうが・にんにく	さとう	あぶら		
		じゃこごまあえ		ちりめんじゃこ		キャベツ・もやし	さとう	ごま ごまあぶら		
		とうにゅうみそしる	なまあげ・とうにゅうみそ	わかめ		えのきたけ・だいこん・ねぎ	さつまいも			
19	金	ごはん					こめ		630	20.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ちくわのいそべあげ 1-3ねん 2ぼん 4-6ねん 3ぼん	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら		
		ひじきのいために	とりにく	ひじき	さやいんげん	とうもろこし	さとう	ごまあぶら		
		うめけんちんじる	とうふ		にんじん	ごぼう・まいたけ・うめ	さといも			
22	月	ごはん					こめ		644	21.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さつまいもとチキンのヤンニョム	とりにく			にんにく	でんぶん・さつまいも さとう	あぶら		
		もやしのナムル			こまつな	もやし	さとう	ごまあぶら		
		トックスープ	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・ほししいたけ	トック			
24	水	ごはん					こめ		617	24.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あつやきたまご	たまご				さとう			
		しらあえ	あぶらあげ・だいず とうふ		ほうれんそう	こんにゃく	さつまいも・さとう	ごま		
		とりだんごじる			にんじん	キャベツ・しめじ ねぎ	はるさめ			
25	木	〈とりだんご〉	とりにく			たまねぎ	でんぶん・さとう		579	24.0
		ごはん					こめ			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		いわしのなんばんづけ	いわし			たまねぎ	さとう・こめこ・でんぶん	ごまあぶら あぶら		
		きんぴらごぼう	ハム		さやいんげん	ごぼう	さとう	あぶら		
26	金	さわにわん	ぶたにく		にんじん・こまつな	だいこん・こんにゃく ほししいたけ			664	26.7
		スライスパン					スライスパン			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		スラッピージョー	とりにく・だいず		トマト	たまねぎ	さとう・こめこ	あぶら		
29	月	コーンクリームスープ		ぎゅうにゅう スキムミルク	ブロッコリー にんじん	とうもろこし	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら	692	26.6
		ごはん					こめ			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さばのたつたあげ	さば			にんにく	でんぶん	あぶら		
30	火	きりぼしだいこんのいために	ベーコン		にんじん	きりぼしだいこん・えだまめ	さといも・さとう	あぶら	625	23.9
		あかみそしる	とうふ・みそ	わかめ		たまねぎ	じゃがいも			
		ちゅうかめん					ちゅうかめん			
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あいちのやさしいりはるまき	とりにく		にんじん	キャベツ・れんこん	でんぶん・さとう こむぎこ	ごまあぶら あぶら		
		ちゅうかひじきサラダ	ツナ	ひじき		キャベツ・きゅうり・とうもろこし	さとう	ごまあぶら		
		しょうゆラーメン (しる)	ぶたにく・なると		にんじん	もやし・ねぎ・にんにく		あぶら		

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
② 2日、3日、4日、9日、10日、11日、18日、19日、22日、25日、29日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。
③ 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
④ 都合により献立が変更になる場合があります。

19日(金)応募献立

「梅けんちん汁」は、木曽川西小学校の児童が考えた応募献立です。
梅干しの酸味でさっぱりする料理を考えてくれました。

