



2026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		みどり 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		
2	水	ごはん					こめ		609	20.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		デミグラスハンバーグ	とりにく・ぶたにく		トマト	たまねぎ	でんぷん・ハヤシルウ さとう	あぶら		
		ズッキーニのソテー				ズッキーニ	じゃがいも	あぶら		
		コンソメスープ	ハム		にんじん・ブロッコリー	キャベツ・とうもろこし				
3	木	ごはん					こめ		581	26.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あじのからあげ	あじ				でんぷん	あぶら		
		こうやどうふのもの	とりにく こうやどうふ	こんぶ	にんじん	こんにゃく・ごぼう	さとう	あぶら		
		だしをあじわうすましじる	かまぼこ	わかめ	みつば	はくさい・えのきだけ ほししいだけ				
4	金	ひやしちゅうかめん					ひやしちゅうかめん		600	28.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ひやしちゅうか (ぐ)	とりにく			きゅうり・もやし・かんてん	さとう			
		うすらたまごいため	ぶたにく うすらたまご		ブロッコリー・にんじん	たまねぎ・たけのこ	さとう・でんぷん	あぶら		
		ひやしちゅうかのたれ								
7	月	むぎごはん					こめ・おおむぎ		602	25.0
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ルーローハン (ぐ)	ぶたにく		あかピーマン	にんにく・しょうが・たまねぎ	さとう・でんぷん	ごまあぶら		
		だいこんスープ	とりにく		にんじん・チンゲンサイ	だいこん・ほししいだけ・ねぎ しょうが		あぶら		
		ヨーグルト		ヨーグルト						
8	火	ごはん					こめ		612	24.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さんまのおろしに	さんま			だいこん	さとう・でんぷん			
		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	あぶら		
		ごまみそしる	なまあげ・みそ		にんじん・こまつな	たまねぎ・えのきだけ	じゃがいも	ごま		
9	水	クロスロールパン					クロスロールパン		624	23.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ミートボールのクリームに		スキムミルク ぎゅうにゅう	ブロッコリー	たまねぎ・しめじ	じゃがいも こめごホワイトルウ	あぶら		
		くにくだんご	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	でんぷん	あぶら		
		ミネストローネ	ハム		にんじん・トマト	キャベツ・にんにく とうもろこし	しろいんげんまめ・さとう	あぶら		
10	木	ごはん					こめ		604	22.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		かぼちゃとこうやどうふのあまからがらめ	こうやどうふ		かぼちゃ		でんぷん・さとう	あぶら		
		おくらのおかかあえ	かつおけずりぶし		オクラ	もやし	さとう			
		とうがんじる	とりにく・かまぼこ		にんじん・ほうれんそう	とうがん・えのきだけ				
11	金	ごはん					こめ		589	22.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ブルコギ	ぎゅうにく		ピーマン	にんにく・しょうが・たまねぎ キャベツ	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	ハム	わかめ	チンゲンサイ・にんじん	はくさい・ほししいだけ	トック	あぶら		
14	月	ごはん					こめ		655	26.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とりレバー・とりにく みそ					じゃがいも・でんぷん さとう	あぶら		
		あかじそむし			しそ	もやし・キャベツ				
		けんちんじる	とうふ・あぶらあげ		にんじん・こまつな	たまねぎ・えのきだけ		ごまあぶら		

◆お知らせ◆
① 一宮市の給食では「くるみ・そば・落花生」は、使用していません。
② 2日、3日、8日、10日、11日、14日、18日、24日、25日、30日は、「えび・かに・小麦・卵・乳（飲用牛乳を除く）」を含まない献立です。
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については、詳細な献立表をご覧ください。
④ 都合により献立が変更になる場合があります。

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！



2026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		
15 火	ミルクロールパン					ミルクロールパン		646	26.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	やきそば	ぶたにく	あおのり	にんじん	キャベツ・しょうが	やきそばめん	あぶら		
	ごぼうサラダ	ツナ		ブロッコリー	ごぼう・とうもろこし		ノンエッグマヨネーズ		
16 水	むぎごはん					こめ・おおむぎ		614	20.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぶん・さとう こむぎこ	ごまあぶら あぶら		
	きりぼしだいこんいため	とりにく		にら	きりぼしだいこん・キャベツ にんにく	さとう	ごまあぶら あぶら		
	えびととうふのスープ	えび・とうふ		にんじん	たまねぎ・とうもろこし・ねぎ				
17 木	ソフトめん					ソフトめん		691	27.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	にくみそソフトめん（しる）	ぶたにく・はんぺん・みそ		にんじん・さやいんげん	たまねぎ・えのきだけ	さとう・でんぶん	あぶら		
	さつまいもとれんこんのチップス				れんこん	さつまいも	あぶら		
18 金	ごはん					こめ		619	26.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さわらのみそマヨやき	さわら・みそ				さとう	ノンエッグマヨネーズ あぶら		
	じゃがいものきんぴら			さやいんげん	こんにゃく	じゃがいも・さとう	あぶら		
	さわにわん	ぶたにく		にんじん	だいこん・ごぼう・だけのこ ほししいたけ・ねぎ		あぶら		
24 木	ごはん					こめ		694	25.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりにくのからあげ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぶん	あぶら		
	ピーマンのみそいため	ぶたにく・みそ		ピーマン・にんじん	キャベツ・たまねぎ・にんにく	さとう・でんぶん	ごまあぶら あぶら		
	ちゅうかコーンスープ	こうやどうふ			はくさい・とうもろこし えのきだけ	でんぶん			
25 金	ごはん					こめ		668	24.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	にしんのひとくちあげ	にしん				でんぶん	あぶら		
	さといものごまがらめ					さといも・さとう	ごま		
	つきみだんごじる	とりにく	わかめ	にんじん・こまつな	だいこん・しめじ	もち			
28 月	ごはん					こめ		634	22.6
	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		
	にんじんとこざかなのいためもの	かつおけすりぶし	ちりめんじゃこ	にんじん			あぶら		
	あきなすのみそしる	とりにく・あぶらあげ みそ			たまねぎ・キャベツ・なす えのきだけ				
29 火	スライスパン・2まい					スライスパン		687	28.8
	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	こめこ・さとう	あぶら		
	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	しめじ・キャベツ	じゃがいも こめこホワイトルウ			
30 水	ごはん					こめ		635	16.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ビーフカレー	ぎゅうにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
	フルーツゼリーあえ くなしゼリー>				ナタデココ・パイナップル もも なし	さとう さとう			

25日(金) 月見献立

十五夜の月は、1年で最も美しく見えることから「中秋の名月」とも呼ばれます。
この時期には、満月に見立てた月見だんごや稲の穂に見立てたすすきを飾ります。他にも、さといもや果物などの秋の収穫物を供えて、秋の実りに感謝し豊作を祝います。このことから、十五夜は「いも名月」とも呼ばれます。
25日の給食には、もちやさといもが登場します。

★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。

