



2026年9月分 学校給食献立予定表



みんなで協力して楽しい食事をしよう

日	曜	献立名	あか おも からだ そしき 赤：主に体の組織をつくる		みどり おも からだ ちようし との 緑：主に体の調子を整える		き おも 黄：主にエネルギーになる		小学校 エネルギー (kcal)	中学校 エネルギー (kcal)
			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)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
			魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこと	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実		
2	水	サンドイッチロールパン					《サンドイッチロールパン》		639	766
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		ハンバーグの具								
		「ハンバーグのトマトソースがけ	とりにく ぶたにく		《トマト》	たまねぎ にんにく しょうが	さとう でんぶん	ラード あぶら	26.0	29.8
		キャベツサラダ				キャベツ		ドレッシング		
		コンソメスープ	とりにく		にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも	あぶら		
3	木	*冷凍パインアップル				パインアップル			762	924
		麦ごはん					《こめ》 おおむぎ			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		キーマカレー	ぎゅうにく ぶたにく		にんじん 《トマト》	たまねぎ えだまめ にんにく	ひよこまめ カレールウ		24.2	28.2
		コーンフライ				とうもろこし	こむぎこ さとう パンこ でんぶん みずあめ	あぶら		
4	金	福神漬和え			しそ	キャベツ 《きゅうり》 だいこん なす 《れんこん》 しょうが うり なたまめ ししいたけ	さとう		602	752
		ご飯					《こめ》			
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		手巻きご飯の具							26.0	30.5
		「さかなそぼろ	まぐろフレーク かんばち			しょうが	さとう	あぶら		
		即席和え				きゅうり だいこん	さとう			
7	月	「手巻きのり		《のり》					614	783
		なめこと豆腐のみそ汁	ぶたにく 《とうふ》 あかみそ		にんじん はねぎ	なめこ だいこん えのきたけ		あぶら		
		ご飯					《こめ》		23.8	28.9
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら		
8	火	信田煮	あぶらあげ とりにく ぶたにく		にんじん	たまねぎ	でんぶん さとう	ラード	625	785
		こまつなのこんぶ和え		こんぶ	こまつな	もやし	さとう	ごまあぶら		
		わかめご飯		わかめ			《こめ》		30.0	35.4
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		さけの南蛮漬	さけ		赤パプリカ ピーマン	たまねぎ	でんぶん さとう	あぶら		
9	水	れんこんのごまドレ和え			にんじん	《れんこん》 えだまめ		ドレッシング	667	807
		とうがん汁	とりにく 《とうふ》 かまぼこ		にんじん はねぎ	《とうがん》 ほししいたけ				
		冷やしうどん					《ひやしうどん》		23.9	27.5
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		冷やしうどんの具								
10	木	「とり肉の竜田揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん こめこ	あぶら	684	888
		「キャベツのツナ和え	まぐろフレーク	わかめ	にんじん みずな	キャベツ きゅうり	さとう			
		(冷やしうどんのたれ)							28.5	34.5
		ぶどうゼリー和え				もも みかん ナタデココ				
		〈ぶどうゼリー〉				ぶどう	さとう			
11	金	ご飯					《こめ》		603	748
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		キャベツ入りつくね	とりにく 《ぶたにく》			《キャベツ》 たまねぎ こんにゃく	こめこパンこ でんぶん さとう	《ラード》 あぶら	27.2	31.9
		ひじきのいため煮	まぐろフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら		
		かきたま汁	《たまご》 とりにく かまぼこ		にんじん はねぎ	えのきたけ	でんぶん	あぶら		
14	月	麦ごはん					《こめ》 おおむぎ		673	871
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ しめじ	じゃがいも ハヤシルウ	あぶら		
		チキンナゲット (小2・中3)	とりにく			にんにく	パンこ こむぎこ	ラード あぶら	21.1	26.3
		コーンサラダ			にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング		

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 学校給食献立予定表



みんなで協力して楽しい食事をしよう

にち 日	よう 曜	こんだてめい 献立名	あか：おも からだ そと 赤：主に体の組織をつくる		みどり：おも からだ ちから 緑：主に体の調子を整える		き：おも 黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校
			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）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー （kcal）	エネルギー （kcal）
			魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこと	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実	たんぱく質 （g）	たんぱく質 （g）
15	火	ごはん 牛乳 だしをあじわう日			《ぎゅうにゅう》		《こめ》		597	761
		◆たらのから揚げいちじくソース和え	たら			《いちじく》 レモン	でんぶん さとう	あぶら ごま こまあぶら		
		いりとり和え	ハム かつおぶし	こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	あぶら		
		吉野汁	とりにく 《とうふ》 あぶらあげ		にんじん 《みつば》	だいこん	さといも でんぶん		29.4	35.4
		（中）野菜ふりかけ			トマト かぼちゃ ほうれんそう		こめ じゃがいも さとう でんぶん みずあめ			
16	水	ミルクロールパン					《ミルクロールパン》		749	933
		牛乳		《ぎゅうにゅう》						
		焼きそば	ぶたにく いか	《あおのり》	にんじん	キャベツ もやし	《やきそばめん》	あぶら		
		焼きフランクフルト	ぶたにく				さとう	ラード あぶら	33.5	40.7
17	木	ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー			ドレッシング		
		ごはん 牛乳		《ぎゅうにゅう》			《こめ》		586	755
		肉団子（小2・中3）	とりにく ぶたにく だいず			たまねぎ にんにく しょうが	さとう	ラード あぶら		
		いんげんのごま和え			さやいんげん		さとう	ごま	22.9	28.0
18	金	スタミナ汁	ぶたにく あぶらあげ 《とうふ》 ミックスみそ		にんじん にら	たまねぎ にんにく	じゃがいも	あぶら		
		ごはん 牛乳 ただしい はしづかいの日		《ぎゅうにゅう》			《こめ》		618	773
		さといもコロッケ	《とりにく》				さといも さとう パンこ こむぎこ でんぶん	あぶら		
		鉄骨和え		ちりめんじゃこ	《ほうれんそう》	もやし	さとう		21.7	25.2
24	木	お月見だんご汁	とりにく かまぼこ 《とうふ》		にんじん こまつな	ごぼう	もち			
		ソフトめん 牛乳		《ぎゅうにゅう》			《ソフトめん》		726	861
		ソフトめんミートソース（汁）	ぎゅうにく ぶたにく 《だいず》		にんじん トマト	たまねぎ にんにく	ハヤシルウ さとう			
		オムレツ	たまご				さとう	あぶら	26.0	30.5
25	金	さつまいもチップス					さつまいも	あぶら		
		ごはん 牛乳 「まごわやさしい」 こんだて			《ぎゅうにゅう》		《こめ》		639	800
		さばの梅おろしかけ	さば			うめ だいこん	さとう でんぶん	あぶら		
		わかめの和え物		わかめ	みずな	キャベツ		ドレッシング	28.5	33.8
28	月	豆腐ごまみそ汁	ぶたにく あつあげ しろみそ とうにゅう		にんじん はねぎ	たまねぎ えのきだけ	じゃがいも	ごま あぶら		
		ごはん 牛乳		《ぎゅうにゅう》			《こめ》		607	770
		ソースカツ	ぶたにく				でんぶん パンこ さとう	あぶら		
		はくさいの和え物	まぐろフレーク			はくさい	さとう	あぶら	22.1	26.3
29	火	けんちん汁	《とうふ》 あぶらあげ		にんじん 《みつば》	ごぼう だいこん こんにゃく	さといも	ごまあぶら		
		ごはん 牛乳		《ぎゅうにゅう》			《こめ》		637	816
		ボークシュウマイ（小2・中3）	ぶたにく			たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	でんぶん さとう こむぎこ みずあめ	あぶら		
		もやしの中華和え				もやし きゅうり	さとう	ごまあぶら	24.6	30.8
30	水	豆腐の中華スープ	ベーコン 《とうふ》		にんじん 《チンゲンサイ》	とうもろこし たけのこ	でんぶん	あぶら		
		*フローズンヨーグルト		ヨーグルト						
		ごはん 牛乳		《ぎゅうにゅう》			《こめ》		609	755
		てりとり	とりにく			しょうが	さとう でんぶん	あぶら		
		赤しそ和え			しそ	キャベツ きゅうり	さとう		28.2	32.4
		秋なすのみそ汁	《とうふ》 ミックスみそ		にんじん	なす だいこん たまねぎ ねぎ				

- *印の空袋等は業者が回収します。
- 《 》の食品は愛知県産のものを使用しています。（天候などにより、産地が変わることがあります。）
- ◆印は浅井中学校の生徒が考えた心算献立です。
- 献立名に（ ）で記載されている調味料は、小袋タイプです。
- 料理名の前に（中）と記載されているものは中学校のみ実施します。
- 4日、8日、15日、17日、25日、30日は、アレルギー（えび・かに・小麦・卵・乳）を含まない献立です。
- すべての食材には、くるみ・そば・落花生を使用していません。
- 都合により、献立が変更になる場合があります。



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。
ご家庭でも給食の味を再
現してみてください。