

令和8年度 9月 学校給食献立表

愛知県立豊橋工科高等学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き						1食あたりの エネルギー(kcal) 食塩相当量(g)
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
1 火	牛乳		牛乳					935
	ポークカレー	ぶた肉		ほうれん草 にんじん	玉ねぎ	米 じゃがいも (小麦)	油 カレールー	
	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ まぐろ油づけ (たまご)			キャベツ		白フレンチドレッシング	3.6
2 水	牛乳		牛乳					893
	小ライス					米		
	冷やし肉うどん	ぶた肉		にんじん こまつな	玉ねぎ	白玉うどん(小麦)	ごま油 肉そばつゆ	4.8(つゆ3.1をふくむ)
	ポテトのジンジャーソテー	とり肉		ピーマン	キャベツ しめじ	じゃがいも さとう	油	
3 木	牛乳 ご飯		牛乳			米		940
	イタリアンチキン	とり肉			(りんご)		イタリアンドレッシング	
	夏野菜のラタトゥイユ	ウインナー 大豆		かぼちゃ(ウリ) トマト	玉ねぎ なす		油	3.5
	コンソメスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ			
4 金	牛乳		牛乳					802
	肉みそビビンバ	とり肉 みそ		にんじん こまつな	玉ねぎ もやし	米 さとう	油 ごま油	
	わかめスープ	厚あげ	わかめ		キャベツ			2.7
7 月	牛乳 ご飯		牛乳			米		821
	★たらの銀紙巻き	たらの銀紙巻き						
	豚肉の甘辛炒め	ぶた肉 うずらたまご		にんじん	こんにゃく キャベツ 玉ねぎ	でんぶん	油	3.6
	みそ汁	油あげ みそ		チンゲンサイ	ごぼう			
8 火	牛乳		牛乳					897
	豚バウ井	ぶた肉		にんじん	玉ねぎ 白ねぎ	米 さとう	油	
	ツナのゆず和え	まぐろ油づけ			キャベツ コーン (ゆず すだち)		ゆずドレッシング	3.2
	みそ汁	とうふ みそ		青ねぎ		じゃがいも		
9 水	牛乳		牛乳					804
	★タルトフィッシュバーガー	米粉ホキフライ (たまご)			(ウリ)	サンドイッチパンズ(小麦)	油 タルトソース	
	デキンカレーソテー	とり肉		ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ	じゃがいも	油	2.9
	ミネストローネ	ミックスビーンズ		にんじん トマト				
10 木	牛乳		牛乳					824
	キムチ丼	ぶた肉		にんじん にら	白菜キムチ 玉ねぎ	米	ごま油	
	パンパンジーサラダ	ささみ油づけ			キャベツ コーン (りんご)	(ピーナッツ)	パンパンジードレッシング	3.2
	中華スープ	厚あげ かまぼこ		こまつな				
11 金	牛乳		牛乳					850
	ガバオ風そぼろ丼	とり肉 たまご		にんじん ピーマン 赤パプリカ	玉ねぎ キャベツ	米 さとう でんぶん	油 ごま油	
	たけのこスープ	ハム		チンゲンサイ	たけのこ			2.6
14 月	牛乳 ご飯		牛乳			米		852
	★さんまのみぞれ煮	さんまのみぞれ煮						
	チキンと根菜の炒め煮	とり肉		にんじん こまつな	大根	さといも さとう	油	3.5
	みそ汁	とうふ みそ			こんにゃく ごぼう			
15 火	牛乳 ご飯		牛乳			米		916
	若鶏のからあげ	とり肉				でんぶん	油	
	野菜炒め	ぶた肉		にんじん ピーマン	キャベツ 玉ねぎ		ごま油	2.6
	みそ汁	厚あげ みそ		ほうれん草	えのきたけ			
16 水	牛乳 小ライス		牛乳			米		962
	五目中華そば	ぶた肉 うずらたまご		にんじん こまつな	キャベツ もやし	中華めん(小麦)	ごま油 しょうゆラーズソース	
	切干のナムル				切干大根 えだ豆		ナムルドレッシング	5.6(スープ4.3をふくむ)
	★フルーツポンチ				ナタデココ もも バイナッブル			
17 木	牛乳		牛乳					957
	★ミートボールカレー	ミートボール		ほうれん草 にんじん	エリンギ 玉ねぎ	米 (小麦)	油 カレールー	
	サウザンサラダ	ささみ油づけ ミックスビーンズ (たまご)			キャベツ (ウリ りんご)		サウザンドレッシング	3.7
18 金	牛乳		牛乳					810
	焼豚チャーハン	焼きぶた たまご		にんじん	玉ねぎ 白ねぎ	米	ごま油	
	★レバー入りつくね	レバー入りつくね						2.6
	キャベツスープ	とり肉		こまつな	キャベツ			
24 木	牛乳 ご飯		牛乳			米		876
	★ぶりの三河みりん焼き	ぶりの三河みりん焼き						
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも さとう	油	3.5
	みそ汁	とうふ みそ			大根 しめじ			
25 金	牛乳		牛乳					944
	やきとり丼	とり肉		にんじん こまつな	玉ねぎ キャベツ 白ねぎ	米 さとう	油	
	みそ汁	油あげ みそ	わかめ			さといも		3.1
	★お月見デザート	(たまご不使用)				お月見クレープ(小麦不使用)		
28 月	牛乳		牛乳					844
	厚あげマーボー丼	とり肉 厚あげ みそ		にんじん にら	玉ねぎ キャベツ	米 さとう でんぶん	ごま油	
	ブロッコリーのスープ	かまぼこ		ブロッコリー	大根			2.3
29 火	牛乳 ご飯		牛乳			米		806
	あじの塩だれがけ	あじ			(りんご レモン)		焼肉のタレ(塩味)	
	チキンのあっさり炒め	とり肉		にんじん	玉ねぎ キャベツ もやし		油	3.6
	みそ汁	とうふ みそ		ほうれん草	こんにゃく			
30 水	牛乳 ロールパン		牛乳			ロールパン(小麦)		899
	★いちごジャム				(いちご)	ジャム		
	★ハンバーグの茹込みソースがけ	ハンバーグ		にんじん ピーマン	玉ねぎ エリンギ えだ豆	(小麦)	油 ハヤシルウ	3.7
	青じそサラダ	まぐろ油づけ		水菜	キャベツ (りんご レモン)		青じそドレッシング	

- 都合により献立を変更する場合があります。
- 各料理の調味料やだし等については記載されていません。
- 献立名にある★は加工品を表しています。