

令和8年

8・9月分給食献立表

岡崎市東部学校給食センター

中学校

実 施 日	特 別 献 立 の 日	除 去 対 象 献 立	献立名	①主に体の組織をつくる食品		②主に体の調子を整える食品		③主にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	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		
8 / 31 月			麦ごはん 牛乳		牛乳			米、麦		805	ドライカレーをごはんのにせて食べましょう。
			じゃが芋スープ	ベーコン		にんじん、パセリ	玉ねぎ、とうもろこし	じゃが芋		26.8	
			ドライカレー	牛肉、豚肉 レンズ豆		にんじん、トマト ピーマン	にんにく、しょうが 玉ねぎ		カレールウ		
			* フローズンバニラヨーグルト		ヨーグルト						
1 / 火			ごはん 牛乳		牛乳			米		800	具をごはんのにせて、豚丼にして食べましょう。
			とり団子汁	とり肉、豆腐		にんじん、ねぎ	えのきたけ、とうがん			31.8	
			豚丼の具	豚肉			しょうが、玉ねぎ	砂糖			
			* ぶどうゼリー				ぶどう	砂糖			
2 / 水			くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		803	
			ポークビーンズ	大豆、豚肉		にんじん、トマト	玉ねぎ、グリーンピース	じゃが芋、砂糖		34.9	
			オムレツ	卵							
			コールスローサラダ(コールスロードレッシング)			にんじん	とうもろこし キャベツ		ドレッシング		
3 / 木			ごはん 牛乳		牛乳			米		863	
			ホイコーロー	みそ、豚肉		にんじん、ピーマン	しょうが、にんにく だけのこ、キャベツ	砂糖、でん粉	菜種油	33.4	
			🐟子持ちししゃもフライ(3)(ウスターソース)		ししゃも			パン粉、小麦粉	菜種油		
			茎わかめの中中華いため		くきわかめ ちりめんじゃこ	にんじん			ごま油、ごま		
4 / 金	🍳	卵	ごはん 牛乳		牛乳			米		834	なしは今月のかみかみメニューです。
			親子煮	とり肉 かまぼこ、卵		にんじん、ねぎ	玉ねぎ	砂糖		29.2	
			かぼちゃひき肉フライ	豚肉		かぼちゃ		パン粉、小麦粉	菜種油		
			なし				なし				
7 / 月		乳	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		803	パンにスラッピージョーをはさんで食べましょう。
			ポテトクリームスープ	ベーコン	牛乳、生クリーム スキムミルク	パセリ	玉ねぎ	じゃが芋	ホワイトルウ	28.6	
			スラッピージョー	牛肉、豚肉			玉ねぎ	砂糖、パン粉			
			野菜サラダ(シーザードレッシング)			にんじん	キャベツ、きゅうり とうもろこし		ドレッシング		
8 / 火			ごはん 牛乳		牛乳			米		777	
			チンゲンサイと豆腐の中華煮	豚肉、豆腐		にんじん チンゲンサイ	しょうが、玉ねぎ きくらげ、だけのこ	砂糖、でん粉		29.4	
			コーンしゅうまい(3)	たら			とうもろこし、玉ねぎ	しゅうまいの皮			
			パンサンスー			にんじん	キャベツ、きゅうり	春雨、砂糖	ごま油		
9 / 水		◆	ごはん 牛乳		牛乳			米		747	重陽の節句の行事食です。
			菊かまぼこ入りすまし汁	豆腐、かまぼこ		にんじん ほうれん草	玉ねぎ、えのきたけ			31.8	
			🐟さばの照り焼き	さば				砂糖、でん粉			
			たくあん和え				キャベツ たくあん漬け				
10 / 木		★	ごはん 牛乳		牛乳			米		859	常盤小学校のリクエストランチです。
			夏野菜カレー	豚肉		にんじん、トマト かぼちゃ	なす、玉ねぎ		カレールウ	28.2	
			ハンバーグ	とり肉、豚肉 大豆			玉ねぎ				
			フルーツゼリーミックス				メロン、もも パイナップル	砂糖			
11 / 金		卵	ごはん 牛乳		牛乳			米		754	
			高野豆腐の卵とじ	とり肉、卵 高野豆腐		にんじん	玉ねぎ、しいたけ 白菜、グリーンピース	砂糖		30.8	
			ごぼう入りつくね(3)	とり肉			ごぼう、玉ねぎ				
			きゅうりのごまじょうゆ和え				きゅうり		ごま		
14 / 月		■	ごはん 牛乳		牛乳			米		787	今月の全国ご当地給食は岡山のデミカツ丼です。具とキャベツソテーをごはんのにせて、岡山のデミカツ丼にして食べましょう。
			白みそ汁	油揚げ、みそ	わかめ	にんじん	大根、えのきたけ	じゃが芋		25.5	
			岡山のデミカツ丼の具	豚肉				パン粉、砂糖 でん粉	菜種油 ハヤシルウ		
			キャベツソテー				キャベツ		菜種油		
15 / 火			白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		753	
			五目うどんのつゆ	とり肉、油揚げ かまぼこ		にんじん、ねぎ	玉ねぎ、しいたけ	でん粉		25.3	
			大学芋					さつま芋、砂糖	菜種油、ごま		
			キャベツのカラフル和え			野菜ふりかけ	キャベツ				

★ リクエストランチ・メニュー 🍳 かみかみメニュー ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 新献立 太字は岡崎産の食品 * 業者配送

🐟 魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。🍳 卵除去対応献立 乳 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。)

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。

岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ピスタチオ・ブラジルナッツ・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・マカダミアナッツ・きんかんを使用していません。

実 施 日	特 別 献 立 の 日	除 去 対 象 献 立	献立名	①主に体の組織をつくる食品		②主に体の調子を整える食品		③主にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群			
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	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			
16 / 水	★		ごはん 牛乳		牛乳			米		892	矢作南小学校の リクエストランチで す。	
			マーボー豆腐	みそ、豚肉、豆腐		にんじん、ねぎ	にんにく、しょうが 玉ねぎ、たけのこ	砂糖、でん粉	ごま油			
			焼きぎょうざ(3)	豚肉		にら	キャベツ	ぎょうざの皮		33.8		
			マンナンサラダ(野菜いっぱいドレッシング)	かまぼこ			キャベツ	こんにゃく	ごま油 ドレッシング			
			* 白桃シャーベット				桃	砂糖				
17 / 木			ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		798		
			焼きそば	豚肉、ちくわ		にんじん	しょうが、玉ねぎ キャベツ	焼きそばめん	菜種油			
			ロングウインナーソーセージ	ウインナー						35.5		
			ひじきサラダ(和風クリームドレッシング)		ひじき		枝豆、とうもろこし		ドレッシング			
18 / 金			ごはん 牛乳		牛乳			米		807		
			豆じゃが	大豆、豚肉		にんじん	しょうが、玉ねぎ グリーンピース	じゃが芋、砂糖				
			厚焼き卵	卵								
			切り干し大根とベーコンのいため煮	ベーコン		にんじん	切り干し大根	砂糖		31.1		
			昆布と抹茶のふりかけ		昆布	抹茶		米、でん粉				
24 / 木			ごはん 牛乳		牛乳			米		785		
			とうがんの豚汁	みそ、豚肉 生揚げ		にんじん、ねぎ	とうがん					
			ささみフライ(ウスターソース)	とり肉				パン粉、小麦粉	菜種油	33.4		
			もやしときゅうりの甘酢和え				もやし、きゅうり	砂糖	ごま油			
25 / 金	◆		ごはん 牛乳		牛乳			米		838	十五夜の行事食 です。	
			月見汁	とり肉、豆腐		にんじん、ねぎ	しいたけ、ごぼう	里芋、でん粉				
			🐟 いわしの梅煮	いわし			梅					
			豚肉となすのみそいため	みそ、豚肉		ねぎ	なす、玉ねぎ	砂糖	菜種油	31.5		
			* 月見団子					米粉、砂糖				
28 / 月			わかめごはん 牛乳		わかめ、牛乳			米		766		
			生揚げのみそ汁	生揚げ、みそ		にんじん、ねぎ	玉ねぎ、えのきたけ					
			レバーとじゃが芋のアーモンド和え	とりレバー				でん粉、砂糖 じゃが芋	菜種油 アーモンド	25.8		
			キャベツの青じそ和え			しそ	キャベツ					
29 / 火			ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		874	ミートソースの作 り方は下記の二 次元コードから確 認できます。	
			ミートソース	牛肉、豚肉		にんじん、トマト、 パセリ	玉ねぎ、エリンギ		ハヤシルウ			
			おからサラダ(マヨネーズ)	ハム、おから			枝豆、とうもろこし		マヨネーズ	35.5		
			冷凍みかん				みかん					
30 / 水	■		ごはん 牛乳		牛乳			米		864	今月の全国ご当地 給食は、栃木の佐 野黒から揚げです。 野菜のえごまドレ ッシング和えには太 田油脂から寄付さ れたえごま油が使 われています。	
			沢煮わん	豚肉		にんじん、三つ葉	ごぼう、しいたけ たけのこ、大根					
			栃木の佐野黒から揚げ	とり肉			しょうが、にんにく	でん粉	菜種油			
			野菜のえごまドレッシング和え			にんじん	もやし、キャベツ きゅうり	砂糖	えごま油	29.7		
			* ブルーベリータルト	豆乳			ブルーベリー	砂糖、米粉	油			
★ リクエストランチ・メニュー ② かみかみメニュー ◆ 行事食 ◇ 特別献立 ■ 全国ご当地給食 ■ 新献立 太字は岡崎産の食品 * 業者配送 🐟 魚には骨が含まれます。気を付けて食べましょう。🥚 卵除去対応献立 🥛 乳製品除去対応献立 (材料の都合により、献立を変更する場合があります。) 材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、食物アレルギーチェックリストで確認してください。 岡崎市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・くるみ・カシューナッツ・ピスタチオ・ブラジルナッツ・ペカンナッツ・ヘーゼルナッツ・ マカダミアナッツ・きんかんを使用していません。										平均	810	給食回数 20 回
										30.6		

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。材料の予定産地等、学校給食の情報を岡崎市のホームページに掲載しています。岡崎市ホームページサイト内検索「学校給食」で検索してください。

秋をたのしむ♪お月見の行事

まだまだ残暑が厳しいですが、少しずつ秋の気配を感じるようになってきました。
昔から、秋は1年のうちで最も月がきれいに見える季節とされ、昔の^{こよみ}暦(旧暦)で
秋の真ん中にあたる8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、月を観賞す
るお月見の行事が行われてきました。ちょうどこの時期に里芋が^{しゅうかく}収穫されることか
ら、里芋をお供えしたり、食べたりする風習もあり、別名で「芋名月」ともいいます。
2026年の十五夜は、9月25日です。この日は、十五夜にちなんだ献立が登場し
ます。

