

令和8年

8・9月分給食献立表

岡崎市南部学校給食センター

中学校

実施 日	特別 献立 の日	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	◎	ごはん 牛乳		牛乳			米、麦		765	ドライカレーをごはんにのせて食べましょう。なしは今月のかみかみメニューです。
		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		25.0	
		ドライカレー なし	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 なし		カレールウ		
1 / 火		くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		805	
		ボークビーンズ	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			
		オムレツ	卵						34.8	
2 / 水		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		
		ごはん 牛乳		牛乳			米		829	
		とうがんの豚汁	みそ、豚肉、油揚げ、豆腐		にんじん、ねぎ	とうがん				
3 / 木		かつおのおかか煮	かつお、かつおぶし						36.8	
		キャベツのカラフル和え			野菜ふりかけ	キャベツ、きゅうり		ごま		
		*ブルーベリータルト	豆乳			ブルーベリー	米粉、砂糖	油		
4 / 金		ごはん 牛乳		牛乳			米		771	
		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、たけのこ	砂糖、でん粉		31.1	
		肉団子の甘酢あん(3)	とり肉			もやし、きゅうり、にんにく	砂糖	ごま油、ごま		
7 / 月	★	ごはん 牛乳		牛乳			米		863	常磐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、かぼちゃ、トマト	なす、玉ねぎ		カレールウ		
		ハンバーグ	とり肉、豚肉			玉ねぎ			28.7	
8 / 火		フルーツゼリーミックス				メロン、パイナップル、桃	砂糖			具をごはんにのせて、豚丼にして食べましょう。
		ごはん 牛乳		牛乳			米		758	
		白みそ汁	油揚げ、みそ	わかめ	ねぎ	大根	じゃが芋		29.1	
9 / 水	◆	豚丼の具	豚肉			しょうが、玉ねぎ	砂糖			重陽の節句の行事食です。
		たくあん和え				キャベツ、たくあん漬け				
		つぶアーモンド						アーモンド		
10 / 木		ごはん 牛乳		牛乳			米		736	
		菊かまぼこ入りすまし汁	とり肉、かまぼこ、豆腐		にんじん、ほうれん草	大根、えのきたけ			33.2	
		さばの照り焼き	さば							
11 / 金		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		パンにスラッピージョーをはさんで食べましょう。
		ごはん 牛乳		牛乳			米		819	
		そばろ煮	豚肉、はんぺん		にんじん	玉ねぎ、グリーンピース	こんにゃく、じゃが芋、砂糖、でん粉		33.3	
14 / 月		厚焼き卵	卵							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を使用しています。
		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			
		昆布と抹茶のふりかけ		昆布	抹茶		米、でん粉			
11 / 金		サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		778	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	パセリ	玉ねぎ	じゃが芋	ホワイトルウ		
		スラッピージョー	牛肉、豚肉			玉ねぎ	砂糖、パン粉		27.5	
14 / 月		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	キャベツ、とうもろこし		ドレッシング		
		コーヒー牛乳の素					砂糖			
		ごはん 牛乳		牛乳			米		799	
14 / 月		生揚げのみそ汁	生揚げ、みそ		ねぎ	玉ねぎ、えのきたけ				
		レバー入り白ごまつくね(3)	とり肉、とりレバー			玉ねぎ		ごま		
		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	25.5	
14 / 月		*ぶどうゼリー				ぶどう	砂糖			

★ 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。

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	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	お知らせ	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	(kcal)		
			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	たんぱく質 (g)		
15 /火		ミルクロールパン 牛乳 焼きそば ロングウイナーソーセージ ごぼうと枝豆のサラダ(和風クリームドレッシング)	豚肉、ちくわ ウイナー ベーコン	牛乳	にんじん	しょうが、玉ねぎ、キャベツ ごぼう、枝豆	パン 焼きそばめん	菜種油 ドレッシング	806 35.1	矢作南小学校の リクエストランチで す。	
16 /水	★	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 焼きぎょうざ(3) マンナンサラダ(野菜いっぱいドレッシング) * 白桃シャーベット	みそ、豚肉、豆腐 豚肉 かまぼこ	牛乳	にんじん、ねぎ にら キャベツ キャベツ 桃	米 砂糖、でん粉 ぎょうざの皮 こんにゃく	ごま油 ごま油、 ドレッシング	899 33.3			
17 /木		ごはん 牛乳 豆じゃが 玉ねぎはんぺん 根菜とひじきのピリ辛いため しそふりかけ	大豆、豚肉 魚すり身 ベーコン	牛乳	にんじん しょうが、玉ねぎ 玉ねぎ 赤ピーマン しそ	米 じゃが芋、砂糖	オリーブオイル	777 28.6			
18 /金	■	白玉うどん 牛乳 カレー南蛮うどんのつゆ 栃木の佐野黒から揚げ きゅうりのごまじょうゆ和え	とり肉、かまぼ こ、油揚げ とり肉	牛乳	にんじん、ねぎ しょうが、玉ねぎ しょうが、にんにく きゅうり	白玉うどん でん粉 でん粉	カレールウ 菜種油 ごま	822 35.3	今月の全国ご当 地給食は、栃木 の佐野黒から揚 げです。		
24 /木		ごはん 牛乳 親子煮 ごぼう入りつくね(3) 茎わかめのいため煮	とり肉、かまぼ こ、卵 とり肉	牛乳	にんじん、ねぎ 玉ねぎ ごぼう、玉ねぎ にんじん	米 砂糖 砂糖	ごま油、ごま	765 31.2		十五夜の行事食 です。	
25 /金	◆	ごはん 牛乳 月見汁 🐟 いわしの梅煮 キャベツの青じそ和え 月見団子	とり肉、豆腐 いわし	牛乳	にんじん、ねぎ しいたけ、ごぼう 梅 キャベツ しそ	米 里芋、でん粉 米粉、砂糖		785 29.2			
28 /月		わかめごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ レバーとじゃが芋のアーモンド和え * フローズンバナナヨーグルト	とり肉、高野豆 腐、卵 とりレバー	わかめ、牛乳 ヨーグルト	にんじん 玉ねぎ、白菜、しいた け、グリーンピース	米 砂糖 でん粉、砂糖、 じゃが芋	菜種油、 アーモンド	895 34.1			給食回数 20回
29 /火		ごはん 牛乳 ホイコーロー コーンしゅうまい(3) チンゲンサイとベーコンのいため物	みそ、豚肉 たら ベーコン	牛乳	にんじん、ピーマン しょうが、にんにく、 だけのこ、キャベツ とうもろこし、玉ねぎ にんじん、チンゲンサイ	米 砂糖、でん粉 しゅうまいの皮	菜種油	767 28.1			
30 /水		ソフトめん 牛乳 ミートソース おからサラダ(マヨネーズ) 冷凍みかん	豚肉 ベーコン、おから	牛乳	にんじん、トマト、パセ リ 玉ねぎ、エリンギ 枝豆、とうもろこし みかん	ソフトめん ハヤシルウ マヨネーズ		883 35.2			
★ 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。 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	812 31.8	

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。

