

令和8年

8・9月分献立表

岡崎市西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	(赤)主に体の組織をつくる食品		(緑)主に体の調子を整える食品		(黄)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		812	ドライカレーをごはんにのせて食べましょう。
			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			
			ドライカレー	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	26.6	
			*フローズンバナナヨーグルト		ヨーグルト						
1 / 火	◎		白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		761	なしは今月の かみかみメニューです。
			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			
			まぐろのミンチカツ	まぐろ、大豆			玉ねぎ	パン粉、小麦粉	菜種油	30.9	
			なし				なし				
2 / 水			ごはん 牛乳		牛乳			米		800	ご飯に具をのせて 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				
			豚丼の具	豚肉			しょうが、玉ねぎ	砂糖		31.8	
			*ぶどうゼリー				ぶどう	砂糖			
3 / 木			ごはん 牛乳		牛乳			米		828	
			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 たけのこ、キャベツ	砂糖、でん粉	菜種油		
			大学芋					さつま芋、砂糖	菜種油、ごま	26.0	
			荳わかめ中華いため		くきわかめ ちりめんじゃこ	にんじん			ごま油		
4 / 金			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			
			オムレツ	卵						34.9	
			コールスローサラダ(コールスロドレッシング)			にんじん	とうもろこし キャベツ		ドレッシング		
7 / 月			ごはん 牛乳		牛乳			米		775	
			とうがんの豚汁	みそ、豚肉 生揚げ		にんじん、ねぎ	とうがん				
			とり肉の塩こうじ焼き	とり肉							
			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	34.3	
			しそふりかけ			しそ					
8 / 火		乳	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		809	
			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		
			ロングウインナーソーセージ	ウインナー							
			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	28.5	
			コーヒー牛乳の素					砂糖			
9 / 水	◆		ごはん 牛乳		牛乳			米		802	重陽の節句の行事食です。
			菊かまぼこ入りすまし汁	かまぼこ、豆腐		にんじん ほうれん草	大根、えのきたけ				
			◆さばの照り焼き	さば				砂糖、でん粉		34.7	
			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		
10 / 木			ごはん 牛乳		牛乳			米		784	
			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			
			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		28.9	
			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		
11 / 金	★		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		
			ハンバーグ	とり肉、豚肉 大豆			玉ねぎ			28.2	
			フルーツゼリーミックス				メロン、もも パイナップル	砂糖			
14 / 月	★		ごはん 牛乳		牛乳			米		899	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			
			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	33.3	
			*白桃シャーベット				桃	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。🥚 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。

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。

令和8年

8・9月分献立表

岡崎市西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	(赤)主に体の組織をつくる食品		(緑)主に体の調子を整える食品		(黄)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			ごはん 牛乳		牛乳			米		820			
	卵	親子煮	とり肉、卵 かまぼこ		にんじん、ねぎ	玉ねぎ	砂糖						
		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	29.9				
		キャベツの青じそ和え			しそ	キャベツ							
16 /水			ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		849			
		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					
		チキンナゲット(3)	とり肉							36.6			
		ごぼうと枝豆のサラダ(和風クリームドレッシング)				ごぼう、枝豆 とうもろこし		ドレッシング					
17 /木			ごはん 牛乳		牛乳			米		781	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。		
		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						
		❖子持ちししゃもフライ(3)(ソース)		ししゃも			パン粉、小麦粉	菜種油	24.8				
		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					
18 /金			ごはん 牛乳		牛乳			米		813			
		豆じゃが	大豆、豚肉		にんじん	しょうが、玉ねぎ 枝豆	じゃが芋、砂糖						
		厚焼き卵	卵							31.6			
		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						
24 /木			ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		883	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	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)	ベーコン、おから			枝豆、とうもろこし		マヨネーズ	35.2				
		冷凍みかん				みかん							
25 /金			ごはん 牛乳		牛乳			米		787	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			29.1				
		たくあん和え				キャベツ たくあん漬							
		月見団子					米粉、砂糖						
28 /月			わかめごはん 牛乳		わかめ、牛乳			米		760			
	卵	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						
		ごぼう入りつくね(3)	とり肉			ごぼう、玉ねぎ			31.3				
		きゅうりのごまじょうゆ和え				きゅうり		ごま					
29 /火			ごはん 牛乳		牛乳			米		865	今月の全国ご当地給食は栃木の佐野黒から揚げです。		
		沢煮わん	豚肉		にんじん、三つ葉	ごぼう、しいたけ だけのこ、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	29.9				
		キャベツのカラフル和え			野菜ふりかけ	キャベツ		ごま					
		ブルーベリータルト	豆乳			ブルーベリー	米粉、砂糖	油					
30 /水			ごはん 牛乳		牛乳			米		831	ご飯に具をのせてひじきそぼろ丼にして食べましょう。		
		生揚げのみそ汁	生揚げ、みそ		にんじん、ねぎ	大根、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	31.3				
		ひじきそぼろ丼の具	豚肉	ひじき	にんじん	しょうが、玉ねぎ 枝豆	砂糖	ごま油					
★ 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 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。											平均	816	給食回数 20 回
											30.9		

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。

