

9月の学校給食こんだて（令和5年度）

第3ブロック 熱田区・中川区・港区

【めあて】 肉や魚について知ろう

名古屋市教育委員会

名古屋市立西特別支援学校

日	曜	こんだて	除去食	食品の主なはたらき			
				エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	
4	月	ごはん 牛乳		カレー煮	油、じゃがいも	豚肉	にんじん、たまねぎ
				とうふの五目スープ	でん粉	ベーコン、とうふ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、干しいたけ
				みかん			みかん(冷)
5	火	ごはん 牛乳		マーボーなす	◎油、砂糖、でん粉、ごま油	牛肉、豚肉、みそ	にんじん、なす、にら、ねぎ、しょうが
				白身魚のアーモンドフライ	アーモンド、小麦粉、パン粉油	ホキ	
6	水	ごはん 牛乳		とんカツ	パン粉、小麦粉、油	豚肉	
				イタリアンスパゲティ	スパゲティ、油、砂糖	ポークウインナ	にんじん、たまねぎ、ピーマン
				ゆばのコンソメスープ		ゆば	みつば、とうもろこし
7	木	ごはん 牛乳		とり肉と切り干しのいため煮	油、砂糖	鶏肉(名古屋コーチン) 棒はんぺい	糸こんにゃく、にんじん、切り干しだいこん さやいんげん
				みそスープ	じゃがいも	ベーコン、みそ	たまねぎ
				いちごゼリー	砂糖		いちご
8	金	中華めん 牛乳	◎	チャンポンめん	油、でん粉	豚肉、うずら卵、いか 花かまぼこ	にんじん、たまねぎ、キャベツ
				えびフライ	でん粉、小麦粉、パン粉、油	えび	
				はっ酵乳	砂糖	脱脂粉乳、全粉乳	
11	月	ごはん 牛乳		豚肉とだいこんの中華煮	油、砂糖	豚肉、花かまぼこ	しょうが、にんじん、だいこん、たけのこ
				もずくスープ		とうふ、もずく	ねぎ
				アセロラゼリー	砂糖		アセロラ
12	火	ごはん 牛乳		そばろごはん	レンズ豆、油、砂糖	鶏肉	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、しょうが
				潮の香汁		花かまぼこ、ゆば、わかめ	
				アイスクリーム	砂糖	脱脂粉乳	
13	水	ごはん 牛乳		中華どんぶり	油、でん粉	豚肉、むきえび、いか	にんじん、はくさい、たけのこ、ねぎ、しょうが
				台湾ラーメンスープ	中華そば(乾)、油	鶏肉、信州みそ	にら、ねぎ、にんにく
14	木	サンド イッチ パンズ 牛乳		フィッシュサンド	でん粉、油、砂糖	まぐろ	しょうが
				そえ野菜	油		にんじん、ごぼう
				キャベツとベーコンのスープ		ベーコン	にんじん、たまねぎ、キャベツ、パセリ
15	金	ごはん 牛乳		スープカレー	油	鶏肉(名古屋コーチン)	にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリ、トマト さやいんげん、にんにく
				カラフルソテー	油	ハム	にんじん、えだまめ、とうもろこし
				ヨーグルト	砂糖	加糖練乳、脱脂粉乳、全粉乳	
19	火	ごはん 牛乳		あまからチキン	でん粉、油、砂糖	鶏肉	しょうが
				野菜いため	油		にんじん、たまねぎ、キャベツ
				みそ汁		油揚げ、わかめ、信州みそ	ねぎ

* ◎印の付いた献立は、アレルギー除去食対応可能です。「食品の主なはたらき」の欄に斜体・太字で表記した食品を除去します。

* アレルギー物質など献立の詳細については、学校に配布されている「学校給食献立表(調理場用献立表)」に記載されています。

* 調理済み流通食品類・菓子類は、主な原材料を表記しています。

* 名古屋市公式ウェブサイト(<http://www.city.nagoya.jp/kyoiku/page/0000052124.html>)に主な食材の産地と一部の食材の放射性物質の検査結果を掲載しています。都合により、食材の産地や献立を変更する場合があります。

日	曜	こんだて		除去食	食品の主なはたらき									
					エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる							
20	水	ごはん	プルコギ		油、砂糖	牛肉	にんにく、にんじん、たまねぎ、にら、ぶなしめじ							
			ワンタンとえびのスープ		ワンタンめん、でん粉	ベーコン、むきえび	ねぎ							
		牛乳												
21	木	プレーンロールパン	肉と野菜のバーベキュー風味		油、砂糖	牛肉	にんじん、たまねぎ、ピーマン、とうもろこし、にんにく							
			マカロニスープ		マカロニ	ハム	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう							
		牛乳	グレープゼリー		砂糖	ぶどう								
22	金	ごはん	ワンタンスープ		ワンタンめん、油、でん粉	豚肉	にんじん、はくさい、もやし、ねぎ、干しいたけ							
			チキンカツ		砂糖、小麦粉、パン粉、油	鶏肉、みそ								
		牛乳												
25	月	ごはん	和風ポトフ		油、パン粉、小麦粉、じゃがいも	鶏肉、牛肉、豚肉、だいず、信州みそ	たまねぎ、にんじん、キャベツ							
			ちりめんじゃこのつくだ煮	◎	砂糖、白ごま	ちりめんじゃこ、細切りこんぶ、けずりぶし	しょうが							
		牛乳	チョコプリン		砂糖、油									
26	火	ごはん	ピリ辛はるさめスープ		はるさめ、油	豚肉、とうふ	にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、ねぎ、たけのこ、にんにく							
			魚のフリッター		小麦粉、でん粉、油	あじ、おきあみ								
		牛乳												
27	水	麦ごはん	すき焼きどん		油、砂糖	牛肉、高野どうふ	糸こんにゃく、にんじん、たまねぎ、ねぎ、エリンギ							
			すまし汁			とうふ、花かまぼこ	みつば							
		牛乳												
28	木	ソフトめん	カレーめん	◎	じゃがいも、カレールウ	牛肉、豚肉、チーズ	にんじん、たまねぎ、ピーマン							
			ツナとだいこんのさっぱりいため		油、砂糖	まぐろ油漬	にんじん、だいこん、とうもろこし、							
		牛乳												
29	金	ごはん	さばのみそかけ		でん粉、油、砂糖	さば、みそ								
			とうがん汁		でん粉	油揚げ	にんじん、チンゲン菜、とうがん							
		牛乳	にんじんいよかんゼリー		砂糖	にんじん、いよかん								
1か月平均		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミ ン				食物繊維 g	食塩相当量 g
		690	28.7	20.6	341	91	2.9	3.6	A 231	B1 0.66	B2 0.54	C 29	5.1	2.7

- * 稲や野菜のイラストのある日は市内産の食材を使います。米と野菜の両方を使う日を「みんなで食べる!なごや産」の日としています。
- * とうがん汁、台湾ラーメンスープ、えびフライは「ふるさと献立」です。名古屋や愛知の特産物や郷土料理を紹介する取り組みです。
- * イタリアンスバゲティは新献立です。

今月のめあて「肉や魚について知ろう」

愛知県の畜産業や水産業について知っていますか。

愛知県では豚や牛、にわとりなどを多く飼育しています。畜産の産出額は840億円で、全国11位(令和3年)と畜産業が盛んです。愛知県は昔から酒や醤油などを製造する醸造業が盛んで、それらを作るときにできる搾りかすが家畜のえさになることも畜産業が発展した理由の一つです。

また、愛知県は伊勢湾・三河湾・渥美外海という豊かな海に面しているため、昔から全国有数の漁場として知られています。アサリや車えびなどは、全国1位の漁獲量を誇ります。


