



# 11月 学校給食献立表



平成27年

甲賀市東部学校給食センター TEL: 88-3903

日	曜	主 食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料					
					血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		エネルギーになるもの(黄)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
					魚肉卵豆類	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	その他の野菜果物	穀類芋類砂糖	油脂類
2	月	ごはん	牛乳	さわらの照り焼き さといものみそ汁 菊花あえ	さわら 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ ほうれん草	たまねぎ もやし きく	米 さとう でんぷん さといも	
4	水	★カルシウム たっぷり献立★ 米粉入りうずまきパン	牛乳	ポテトコロッケ 米粉ポターージュ チリコンカン	鶏肉 豚肉 大豆 金時豆	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし グリーンピース にんにく	米粉入りうずまきパン さとう 米粉 パン粉 でんぷん じゃがいも 小麦粉	油 マーガリン 小麦粉
5	木	きのこごはん	牛乳	厚焼き卵 肉団子のすまし汁 おから煮	ちくわ おから 卵 油揚げ 鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ しいたけ 干しいたけ	米 さつまいも さとう でんぷん パン粉 小麦粉	油
6	金	★カミカミ献立★ パン きなこクリーム	牛乳	シーフード焼き物 根菜のコンソメ煮 りんご	鶏肉 たら いか えび きなこ	牛乳	にんじん いんげんまめ	こんにやく ごぼう れんこん りんご	パン じゃがいも でんぷん さとう	オリーブ油 油
9	月	★いい菌の日献立★ ごはん	牛乳	ししゃもフリッター 小松菜のみそ汁 こんぶとじゃこ入りきんぴら	とうふ みそ ししゃも	牛乳 こんぶ じゃこ	こまつな にんじん ピーマン	たまねぎ ごぼう	米 さとう 小麦粉 でんぷん	油 ごま油 ごま
10	火	ごはん	牛乳	ショウロンポウ わかめスープ ごぼうとしいたけのチャブチェ	豚肉	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ にら	たまねぎ ごぼう 干しいたけ キャベツ たけのこ しいたけ しょうが	米 はるさめ さとう でんぷん 小麦粉	ごま 油 ごま油
11	水	米粉入り黒糖パン	牛乳	コロコロ大学芋 ミネストローネ たまねぎとハムのドレッシングあえ	豚肉 ハム	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ	米粉入り黒糖パン さつまいも さとう	黒ごま 油
12	木	★山形県の献立★ ごはん	牛乳	ますの塩焼き いも煮 ラ・フランスゼリー	ます 牛肉	牛乳	ねぎ にんじん	こんにやく ごぼう しめじ 干しいたけ ラ・フランス りんご	米 さといも さとう	
13	金	パン みかんジャム	牛乳	とうふハンバーグ パンプキン米粉ポターージュ いんげんとコーンのソテー	鶏肉 とうふ	牛乳	かぼちゃパセリ にんじん いんげんまめ	たまねぎ とうもろこし みかん	パン さとう 米粉 小麦粉 パン粉	油
16	月	ごはん	牛乳	さばの塩焼き はくさいのみそ汁 煮なます	さば みそ	牛乳	にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ だいこん	米 さとう	油
17	火	★鉄たっぷり献立★ ごはん	牛乳	赤こんにやくの田楽 野菜と鶏肉の煮物 滋賀県産大豆のなっとう	みそ 鶏肉 納豆	牛乳 こんぶ	にんじん いんげんまめ	赤こんにやく だいこん ごぼう	米 さとう でんぷん さといも	
18	水	米粉入り アップルパン	牛乳	オムレツ だいこんと鶏肉のスープ ゆでブロッコリー とうふマヨネーズ	鶏肉 卵	牛乳	ねぎ にんじん ブロッコリー	りんご だいこん	米粉入りパン でんぷん さとう	とうふマヨ ネーズ 油
19	木	★食育の日献立★ ごはん うめぼし	牛乳	わかさぎのお茶揚げ 甲賀ふるさと汁 かんぴょうの煮つけ	油あげ みそ ちくわ	牛乳 わかさぎ	茶の葉 にんじん ねぎ いんげんまめ	キャベツ たまねぎ かんぴょう 干しいたけ 梅干し	米 米粉 さとう	油
20	金	ごはん	牛乳	チキン照り焼き とうふのすまし汁 キャベツのごまあえ	鶏肉 とうふ まぐろ	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ えのきたけ キャベツ	米 さとう	油 ごま
24	火	ごはん	牛乳	春巻き はるさめスープ ほうれん草のナムル	鶏肉 豚肉	牛乳 ひじき	にんじん にら ほうれん草 ねぎ	たまねぎ 干しいたけ キャベツ しょうが	米 はるさめ さとう 小麦粉 でんぷん	油 ごま油
25	水	★リクエスト献立★ 米粉入り ココアパン	牛乳	ハンバーグソースがけ さけのクリームシチュー れんこんのサラダ 青じそドレッシング	さけ 鶏肉 豚肉	牛乳 生クリーム	にんじん ブロッコリー いんげんまめ	たまねぎ れんこん	米粉入りココアパン さとう じゃがいも 小麦粉 パン粉 でんぷん	バター
26	木	発芽玄米入り ごはん	牛乳	さんまの塩焼き わかめのすまし汁 ひじき豆の煮つけ	さんま かまぼこ 大豆 油揚げ	牛乳 わかめ ひじき	にんじん	たまねぎ えのきたけ	米 発芽玄米 さとう	
27	金	ソフトめん	牛乳	ちくわの天ぷら かやくどん汁 はくさいと春菊のおひたし	ちくわ 豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ 春菊	もやし たまねぎ はくさい	ソフトめん さとう 小麦粉 でんぷん	油
30	月	ごはん	牛乳	あじフライ カレー 海藻サラダ	豚肉 あじ	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ もやし とうもろこし	米 じゃがいも 米粉 さとう 小麦粉 パン粉 でんぷん	油

※ソフトめん・中華めん・近江うどんの製造工場では、そばを含む製品を製造しています。  
 ※使用食材などにご質問があれば甲賀市東部学校給食センターまでお問い合わせ下さい。  
 ※材料の一部により献立の一部を変更することがあります。  
 ☆25日の「さけのクリームシチュー」は、山内小学校で取り組まれた親子クッキングからのメニューです。

10月22日までの放射線測定結果は、すべて不検出でした。



保護者の皆様からいただいております給食費は、すべて子どもたちの給食材料の購入費です。毎月の給食費は必ずお支払いください。よろしくお願いいたします。  
 ★11月の口振替日は26日(木)です。