



1月 学校給食献立表



平成28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
8 金	うずまきパン	牛乳	ハンバーグ ミネストローネ ブロッコリーとツナのサラダ	豚肉 鶏肉 大豆 まぐろ	牛乳	にんじん たまねぎ とうもろこし	じゃがいも パン粉 さとう じゃがいも 米粉マカロニ	とうふマ ヨネーズ	
12 火	★おせち料理 献立★ ごはん	牛乳	ぶりの照り焼き 雑煮 紅白なます	油揚げ 白みそ ぶり かつお節	牛乳	にんじん だいこん	米 さとう でんぷん さといも	油	
13 水	黒糖パン	牛乳	チキンカツ ポトフ 海藻サラダ	ベーコン 鶏肉 大豆	牛乳 わかめ	にんじん だいこん たまねぎ ごぼう キャベツ とうもろこし	黒ざとう パン パン粉 じゃがいも でんぷん さとう 小麦粉	油	
14 木	発芽玄米ごはん	牛乳	さばのおろしソース 食物せんいたっぷりみそ汁 白菜とほうれん草のおかか煮	さば とうふ みそ かつお節	牛乳 わかめ	にんじん だいこん えのきたけ こんにゃく はくさい	米 発芽玄米 さとう さつまいも		
15 金	パン みかんジャム	牛乳	さけフライ パンプキン米粉ポタージュ いんげんのソテー	ベーコン さけ	牛乳	かぼちゃ にんじん パセリ いんげんまめ	パン 米粉 パン粉 小麦粉 さとう	油	
18 月	★カルシウム たっぷり献立★ ごはん	牛乳	ししゃも 肉じゃが 昆布とじゃこの和え物	豚肉 じゃこ	牛乳 こんにゃく	にんじん ごぼう ピーマン	米 じゃがいも さとう	ごま油 ごま	
19 火	★食育の日献立★ ごはん 梅干し	牛乳	こあゆの南蛮漬け お講汁 こんにゃくのかつお煮	うち豆 みそ かつお節	牛乳 こあゆ	にんじん ピーマン ねぎ	米 米粉 さとう さといも	油 ごま	
20 水	カット入りパン	牛乳	フランクフルトのケチャップがけ 米粉シチュー ほうれん草のサラダ	フランクフルト 鶏肉 ハム	牛乳 生クリー ム	にんじん ほうれん草	さとう じゃがいも 米粉 パン		
21 木	★鉄たっぷり 献立★ わかめごはん	牛乳	小松菜まんじゅう コーンと卵のスープ 大豆と白菜の中華あえ	豚肉 卵 大豆	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ 小松菜 いんげんまめ	米 でんぷん さとう 小麦粉	ごま油 中華ドレ ッシング	
22 金	★青森県の献立★ ごはん	牛乳	かれないのから揚げ せんべい汁 切り干し大根のはりはり漬け	鶏肉 かれない	牛乳 こんにゃく	にんじん ごぼう こんにゃく 白ねぎ しめじ 切り干しだいこん	米 さといも さとう でんぷん 小麦粉	油	
25 月	★おいしが うれしが びわ湖定食★ ごはん 味付けのり	牛乳	氷魚のかきあげ 瀬田しじみのみそ汁 赤こんにゃくとひじきの煮物	しじみ みそ 大豆 油あげ 氷魚	牛乳 ひじき のり	ねぎ にんじん	米 さとう 天ぶら粉	油	
26 火	★おいしが うれしが ふるさとカレー★ ごはん	飲む ヨー グルト	オムレツ 滋賀県牛肉のカレー 日の菜漬けなます	牛肉 卵	飲むヨー グルト	にんじん だいこんの葉	米 じゃがいも 米粉 さとう でんぷん	油	
27 水	★昔の給食★ パン バター	牛乳	くじらの甘辛煮 コンソメスープ ゆでキャベツ	くじら ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	パン 米粉 さつまいも さとう じゃがいも	油 バター	
28 木	★オリンピック記念 ブラジル献立★ ごはん	牛乳	コシーニャ風クロquette ケチャップ ムケッカ カラフルサラダ	ハム 鶏肉 いか えび	牛乳	にんじん ねぎ トマト 赤パプリカ ピーマン	米 じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん	油 ココナツ ツミルク	
29 金	★甲賀市定食★ 中華めん	牛乳	お茶ぎょうざ 近江ちゃんぼんめん 三種のベリーゼリー	豚肉 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん ねぎ いら 茶の葉	中華めん さとう 小麦粉 でんぷん	ごま油 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ください。
 ※材料の都合により献立の一部を変更することがあります。



1月24日から30日は学校給食週間です

戦時中に中断されていた学校給食が、昭和21年12月24日、関東地域の児童25万人を対象に試験的に実施されました。数年後、この日を記念して、1ヵ月後の1月24日から1週間が全国学校給食週間と定められました。学校給食週間中は、甲賀市の地場産物を活用した献立や郷土料理、なつかしの給食など特別献立を実施します。ぜひ、この機会にご家庭でも学校給食や食べ物について話し合ってみてください。

12月16日までの放射線測定結果は、すべて不検出でした。



★1月の口座振替日は26日(火)です。