



平成28年5月学校給食献立表

甲賀市東部学校給食センター TEL: 88-3903



日	曜日	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 魚卵豆類	2群 牛乳小魚海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜果物	5群 穀類芋類砂糖	6群 油脂類
2	月	八十八夜 ごはん お茶を食べよう	牛乳	ちくわのせん茶あげ 肉じゃが 土山茶プリン	ちくわ ぶた肉 豆乳	牛乳	いんげんまめ にんじん せん茶	たまねぎ 糸こんにゃく	米 じゃがいも 天ぷら粉 さとう	油
6	金	端午の節句 黒糖パン 子どもの日	牛乳	ハンバーグソースがけ チーズ 野菜スープ 子どもの日デザート(甘夏ゼリー)	ぶた肉 ベーコン かまぼこ(鯉のほり) とり肉	牛乳 チーズ	パセリ	たまねぎ キャベツ なつみかん	黒糖パン パン粉 さとう じゃがいも	
9	月	カミカミ献立 ごはん よくかもう!	牛乳	白身魚のにんにくソースがけ 根菜のみそ汁 れんこんのいため煮	ホキ 牛肉 みそ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ れんこん にんにく	米 米粉 じゃがいも さといも さとう	油
10	火	緑黄色野菜 ごはん ほうれん草	牛乳	厚あげのみそあんかけ のっぺい汁 ほうれん草ともやしの煮びたし	厚あげ みそ とり肉 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ ほうれん草	だいこん ごぼう こんにゃく もやし	米 でんぷん さといも さとう	油
11	水	カルシウム献立 うずまきパン かるちゃん	牛乳	小さいわしのフリッター 米粉ポターージュ 海そうサラダ 青じそドレッシング	ベーコン 大豆	牛乳 いわし わかめ 海そう	にんじん	たまねぎ とうもろこし だいこん グリンピース	パン さとう 米粉 小麦粉 でんぷん	油
12	木	鉄分たっぷり献立 ごはん 鉄ちゃん	牛乳	レバー入りとりつくね 小松菜のみそ汁 ひじきの煮物	とり肉 とりレバー 大豆 とうふ みそ 油あげ	牛乳 ひじき	こまつな にんじん いんげんまめ	たまねぎ	パン粉 でんぷん さとう 米	油
13	金	G7 コッペパン アメリカ献立	牛乳	フライドチキン コーンチャウダー ポークビーンズ いちごジャム	とり肉 ベーコン 大豆 ぶた肉	牛乳	にんじん ピーマン	しょうが たまねぎ とうもろこし いちご グリンピース	パン でんぷん 小麦粉 じゃがいも 米粉 さとう	油
16	月	全国味めぐり ごはん ~岩手県~	牛乳	さけの塩焼き ひつつみ すきこんぶの煮物	さけ とり肉 高野豆腐	牛乳 こんぶ	ねぎ にんじん	だいこん ごぼう しいたけ 糸こんにゃく	米 さとう 小麦粉 でんぷん	油
17	火	食育の日献立 黒影ごはん ふるさとの味	牛乳	わかさぎのからあげ 甲賀ふるさと汁 滋賀県産大豆の煮物	油あげ みそ とり肉 大豆	牛乳 こんぶ わかさぎ	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ かんぴょう 赤こんにゃく	米 黒米 米粉 さとう	油
18	水	G7 ミニパン イタリア献立	牛乳	若どりの香味フライ ミートスパゲティ カポナータ	とり肉 ぶた肉 牛肉	牛乳	パセリ にんじん トマト	バジル にんにく しょうが たまねぎ なす 黄パプリカ スッキーニ	パン パン粉 小麦粉 米粉 さとう スパゲティ でんぷん	油 オリーブ油
19	木	春の食材 ごはん たけのこ	牛乳	とうふハンバーグきのこソースがけ 若竹汁(わかたけじる) きんぴらごぼう 梅ぼし	とうふ とり肉 大豆 かまぼこ 牛肉	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ しめじ たけのこ ごぼう こんにゃく うめぼし	米 小麦粉 パン粉 さとう でんぷん	油 ごま油 ごま
20	金	乾物を食べよう ごはん 切り干し大根	牛乳	白身魚フライ けんちん汁 切り干し大根のいため煮	ホキ 大豆 とうふ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん 切り干しだいこん	米 パン粉 小麦粉 でんぷん さとう	油
23	月	魚を食べよう ごはん 鯖さわら	牛乳	さわらの照り焼き キャベツのみそ汁 ふきの煮つけ	さわら みそ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ ふき	米 さとう でんぷん	
24	火	花野菜 ごはん ブロッコリー	牛乳	オムレツ カレー ブロッコリードレッシングあえ	ぶた肉 たまご	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ	米 でんぷん さとう じゃがいも 米粉ルウ 米粉	油
25	水	G7 チーズパン ドイツ献立	牛乳	フランクフルト アイントプフスープ ジャーマンポテト	レンズ豆 ぶた肉 とり肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ セロリ	パン さとう でんぷん レンズ豆 じゃがいも	油
26	木	伊勢志摩サミット しよいめし 三重県献立	牛乳	たこのからあげ とうふ あおさのみそ汁 マヨネーズ ツナとひじきのサラダ	とり肉 油あげ たこ とうふ みそ まぐろ	牛乳 ひじき あおさ	にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう だいこん れんこん とうもろこし	米 でんぷん	油 とうふマヨネーズ
27	金	めんの日 中華めん 上手に食べよう	牛乳	はるまき ラーメンスープ もやしのナムル	ぶた肉 みそ なると	牛乳 ひじき	にんじん ねぎ ほうれん草	たまねぎ しょうが キャベツ はくさい もやし	中華めん はるさめ 小麦粉 でんぷん さとう	油 ごま油
30	月	青魚の栄養 ごはん 血液サラサラ	牛乳	さばのみそ煮 とうふのすまし汁 キャベツとアスパラのソテー	さば みそ とうふ	牛乳	にんじん ねぎ アスパラガス	たまねぎ えのきだけ キャベツ	米 さとう	油
31	火	大豆食品 ごはん おから	牛乳	チキンカツ さけボールの具だくさんみそ汁 おから煮	とり肉 大豆 みそ ちくわ さけ おから 油あげ たら	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ	米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん じゃがいも さつまいも	油

*ソフトメン・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。



保護者の皆様から、いただいております給食費は
全て子どもたちの給食食材の購入費です。毎月の給食費は
必ずお支払くださいますようお願いいたします。
5月の口座振替日は26日(木)です。

◎4月の放射能測定は、不検出でした。(～4/21)◎

5月5日は端午の節句
「端午」とは、「月のはじめの午の日」を意味します。
昔から、病気をせず元気に過ごせるよう
菖蒲やよもぎで邪気払いをします。
かしわもちやちまきを食べるよ!