



平成28年11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	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
1	火	ごはん	牛乳	さけの南蛮漬け きのこのみそ汁 里芋の煮付け	さけ 油あげ みそ	牛乳	赤パプリカ にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ 干しいたけ えのきたけ	米 米粉 さといも さとう	油
2	水	【リクエスト献立】 パン	牛乳	ハンバーグきのこソース 豆乳ピシソワーズ ほうれん草とコーンのソテー	とり肉 大豆 豆乳 ぶた肉	牛乳	ほうれん草 パセリ にんじん	たまねぎ しめじ とうもろこし	パン 小麦粉 さとう じゃがいも	油
4	金	ミニ加糖パン	牛乳	オムレツ 野菜たっぷりスープ スパゲティケチャップ炒め	たまご とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ とうもろこし キャベツ しめじ	パン でんぷん スパゲティ さとう	オリーブ油 油
7	月	ごはん	牛乳	鶏のつくねハンバーグ かきたま風汁(高野豆腐) ひじきとだいずの煮物	とり肉 大豆 とうふ 高野とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん いんげんまめ	たまねぎ ごぼう えのきたけ れんこん	米 パン粉 さとう 小麦粉	
8	火	【いい歯の日献立】 わかめごはん	牛乳	ししゃも 筑前煮 ごぼうのサラダ	とり肉	牛乳	にんじん いんげんまめ	干しいたけ れんこん こんにゃく ごぼう たけのこ とうもろこし	米 さといも さとう	油 和風ドレッシング
9	水	うずまきパン	牛乳	さつまいもコロッケ 豆乳のコーンポタージュスープ にんじんのラベ	豆乳 まくろ	牛乳	にんじん パセリ	とうもろこし たまねぎ レモン	パン 米粉 さとう パン粉 さつまいも でんぷん じゃがいも 小麦粉	油 オリーブ油
10	木	【長崎県の献立】 皿うどんめん	牛乳	焼きぎょうざ 皿うどん カステラ	ぶた肉 いか 赤みそ みそ たまご なると 大豆	牛乳	にんじん にら	キャベツ しょうが たまねぎ はくさい たけのこ もやし	皿うどんめん はちみつ さとう 小麦粉 でんぷん	油 ごま油
11	金	パン	牛乳	白身魚のフライ ポトフ とうふマヨネーズ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ	ホキ ぶた肉	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー だいこん はくさい	パン パン粉 じゃがいも 小麦粉 でんぷん	油 とうふマヨネーズ
14	月	ごはん	牛乳	豚肉の生姜炒め さつまいものみそ汁 なっとう	ぶた肉 みそ 大豆	牛乳	にら にんじん ねぎ	もやし たまねぎ しょうが だいこん	米 さとう さつまいも	
15	火	ごはん	牛乳	さばのおろしソース 肉じゃが りんご	さば 牛肉	牛乳	にんじん いんげんまめ	だいこん 干しいたけ たまねぎ りんご しらたき	米 さとう じゃがいも	油
16	水	丸横切りパン	牛乳	ポテトコロッケ かぼちゃのポタージュスープ ポイルキャベツ 一食ソース	豆乳 ベーコン	牛乳	かぼちゃ パセリ	たまねぎ とうもろこし キャベツ	パン さとう じゃがいも 米粉 パン粉 小麦粉	油
17	木	ごはん	牛乳	ホッケの一夜干し わかめのみそ汁 大豆と昆布の煮物	ホッケ ちくわ とうふ 油あげ みそ 大豆	牛乳	にんじん わかめ 昆布	たまねぎ こんにゃく 干しいたけ	米 じゃがいも さとう	油
18	金	【食育の日献立】 ごはん 梅干し	牛乳	わかさぎのお茶揚げ とりのじゅんじゅん かんぴょうのごまあえ	とり肉 焼きとうふ	牛乳	にんじん ねぎ こまつな	茶 赤こんにゃく もやし たまねぎ かんぴょう はくさい 梅干し	米 米粉 ふ(小麦粉) さとう ごま	油
21	月	【カルちゃん献立】 ごはん	牛乳	いわしの甘露煮 ふのすまし汁 もやしの煮びたし	かつお節 もみじかまぼこ いちょうかまぼこ	牛乳	にんじん わかめ ほうれん草 いわし	えのきたけ たまねぎ もやし	米 ふ(小麦粉) さとう	油
22	火	ごはん	飲むヨーグルト	フランクフルト カレー ひじきと根菜のサラダ	フランクフルト ぶた肉	飲むヨーグルト ひじき	にんじん	たまねぎ ごぼう とうもろこし れんこん	米 じゃがいも 米粉	とうふマヨネーズ
24	木	ごはん	牛乳	とりのからあげ なめこのみそ汁 小松菜の含め煮	とり肉 とうふ 厚あげ みそ	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ なめこ	米 さとう 小麦粉 でんぷん	油
25	金	中華めん	牛乳	シューマイ チャンポンメン みかん	ぶた肉 なると	牛乳	にんじん ねぎ	はくさい 干しいたけ たまねぎ しょうが もやし にんにく みかん	中華めん さとう パン粉 小麦粉 でん粉	
28	月	ごはん	牛乳	さんまの塩焼き おでん ほうれん草のごまあえ	とり肉 さんま ちくわ 厚あげ	牛乳 昆布	にんじん ほうれん草	だいこん こんにゃく	米 さといも さとう	ごま 油
29	火	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 豚汁 はくさいの梅あえ	さば みそ ぶた肉 油あげ かつお節	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん はくさい ごぼう 梅干し こんにゃく しょうが	米 さとう さつまいも	
30	水	【鉄だっぶり献立】 黒糖パン	牛乳	レバー入りメンチカツ 豆乳シチュー 海藻サラダ	ぶた肉 ぶたレバー とり肉 豆乳	牛乳 わかめ 昆布 茎わかめ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん とうもろこし キャベツ	黒糖パン パン粉 じゃがいも 小麦粉 米粉 でんぷん	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。

◎10月21日までの放射能測定は、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
 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。

11月の口座振替日は28日(月)