



平成30年10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	月	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	焼きししゃも ちくぜん煮 小松菜とこんぶの梅サラダ	とり肉 ちくわ 牛乳 こんぶ ししゃも	にんじん いんげんまめ こまつな	干しいたけ もやし こんにゃく たけのこ れんこん ごぼう うめ	米 さといも さとう	油	
2	火	パン りんごジャム	牛乳	チキンカツ コンスープ にんじんのラペ	とり肉 だいず ベーコン まぐろ 豆乳	にんじん パセリ	たまねぎ りんご マッシュルーム とうもろこし レモン	パン さとう 小むぎ粉 水あめ	油 オリーブ油	
3	水	ごはん	牛乳	鯖のおろしソース きのこのみそ汁 さつまいもとりんごのもの	さば みそ 油あげ	にんじん ねぎ	だいこん しめじ えのきたけ たまねぎ りんご レモン	米 さとう さつまいも	油	
4	木	パン	牛乳	イカタコステーキ ポークビーンズ キャベツとコーンの甘酢サラダ	いか たら たこ ぶた肉	にんじん	マローファットピース たまねぎ にんにく キャベツ とうもろこし	パン でんぷん カルバソ じゃがいも レッドキドニー さとう		
5	金	ごはん	牛乳	豚肉の生煮いため ニラ玉スープ なし	ぶた肉 たまご とり肉 とうふ	ねぎ にんじん にら	もやし たまねぎ しょうが なし 干しいたけ	米 さとう でんぷん		
9	火	横切りパン	牛乳	白身魚のフライ コンソメスープ キャベツのカレーソテー	たら だいず ベーコン	にんじん ブロッコリー パセリ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	パン パン粉 じゃがいも 小むぎ粉 でんぷん さとう	油	
10	水	目の愛護デー ごはん	牛乳	いわしのしょうがに ぶた汁 ブルーベリーゼリー	とうふ みそ ぶた肉	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ ごぼう しょうが ブルーベリー	米 さとう でんぷん 水あめ		
11	木	うずまきパン	牛乳	チキンハーフ焼き ミネストローネ 粉ふきいも	とり肉 ベーコン	にんじん 青のり トマト バジル	たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも さとう		
12	金	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	里芋コロッケ きのこカレー 海藻サラダ	とり肉 茎わかめ 赤つのまた こんぶ 牛乳 わかめ 糸かんでん	にんじん	たまねぎ しめじ だいこん	米 米粉 さといも さとう じゃがいも パン粉	油 青じそドレッシング	
15	月	かみかみ献立 ごはん	牛乳	いかのてんぷら 根菜のみそ汁 こんにゃくのおかか煮	いか かつお節 油あげ みそ	にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ こんにゃく だいこん 赤こんにゃく	米 小むぎ粉 さとう でんぷん	油	
16	火	ソフトメン	牛乳	焼きギョーザ チャンポンスープ もやしのナムル	とり肉 だいず ぶた肉 なると	にんじん ねぎ ほうれんそう にんにく しょうが	はくさい たまねぎ キャベツ もやし 干しいたけ にんにく しょうが	ソフトメン さとう 小むぎ粉 でんぷん	ごま ごま油 ロード	
17	水	ごはん	牛乳	サンマの塩焼き さつまいのみそ汁 厚あげと小松菜の含め煮	さんま みそ 厚あげ	にんじん ねぎ こまつな	だいこん	米 さとう さつまいも	油	
18	木	ごはん	牛乳	ピピンパ はるさめスープ キャベツのこんぶあえ	ぶた肉 赤みそ とり肉 こんぶ	ほうれんそう にんじん にら	しょうが もやし にんにく たまねぎ キャベツ 干しいたけ はくさい	米 はるさめ さとう	ごま油 ごま	
19	金	食育の日 ごはん うめほし ふるさと献立	牛乳	いさざの南蛮漬け ふるさと汁 かんぴょうのカミカミあえ	とうふ 油あげ みそ	にんじん ねぎ	うめほし たまねぎ なす かんぴょう とうもろこし キャベツ	米 でんぷん さとう	油	
22	月	福井県の献立 ごはん	牛乳	ソースカツ めかぶのすまし汁 ピーマンのじゃこ炒め	ぶた肉 とうふ 油あげ だいず	にんじん ちりめんじゃこ めかぶ みつば	たまねぎ	米 さとう パン粉 小むぎ粉 でんぷん	油	
23	火	たて切りパン -食ケチャップ	牛乳	フランクフルト 豆乳塩こうじスープ ゆでキャベツ	みそ 豆乳 とり肉 豚レバー ぶた肉	にんじん	たまねぎ しめじ キャベツ	パン さつまいも でんぷん さとう	油	
24	水	ごはん	牛乳	鮭の塩焼き とうふのみそ汁 高野豆腐の含め煮	さけ みそ 油あげ 高野とうふ とうふ わかめ	にんじん こんぶ いんげんまめ	たまねぎ しいたけ	米 さとう	油	
25	木	パン	牛乳	メンチカツ 米粉コーンポタージュ マカロニサラダ	ぶた肉 豆乳 ハム とり肉	にんじん	とうもろこし たまねぎ グリーンピース キャベツ	パン さとう パン粉 でんぷん 小むぎ粉 米粉マカロニ	油	
26	金	ごはん	牛乳	厚焼き卵 鶏じゃが いんげんのごまあえ	たまご とり肉	にんじん いんげんまめ	たまねぎ いとこんにゃく	米 さとう じゃがいも でんぷん	ごま 油	
29	月	鉄ちゃんの日 わかめごはん	牛乳	あじフライ 小松菜と豆腐のみそ汁 ひじきの炒め煮	あじ さつまあげ とうふ 油あげ みそ わかめ	こまつな にんじん いんげんまめ	たまねぎ 赤こんにゃく	米 小むぎ粉 さとう パン粉	油	
30	火	パン	牛乳	オムレツ キャロット米粉ポタージュ ブロッコリーのドレッシングあえ	たまご 豆乳 ベーコン	にんじん パセリ ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー	パン 米粉 でんぷん さとう	イタリアンドレッシング	
31	水	ハロウィン献立 ごはん	牛乳	ハンバーグ ほうれん草となすのみそ汁 かぼちゃのサラダ	とり肉 とうふ みそ ハム ぶた肉 だいず	にんじん ほうれんそう かぼちゃ	なす たまねぎ マローファットピース しょうが	米 さとう 米粉 でんぷん レッドキドニー カルバソ	ノンエッグマヨネーズ ロード	

*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。

◎9月の給食の放射能測定は、不検出でした。(～9月20日)



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せうお願いします。
 10月の口座振替日は26日(金)です。