



# 令和元年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	金	鉄ちゃん献立 ごはん	牛乳	レバニラ炒め 小松菜ととうふのみそ汁 はちみつレモンゼリー	とり肉レバー とうふ みそ	牛乳	にら こまつな にんじん	もやし しめじ にんにく レモン たまねぎ しょうが	米 でんぷん さとう はちみつ	油
5	火	パン	牛乳	チキンナゲット ポークビーンズ 大根のゆずサラダ	とり肉 おから ぶた肉 だいず	牛乳	にんじん	にんにく はくさい たまねぎ ゆず だいこん	パン さとう 小麦粉 じゃがいも 米粉 パン粉 でんぷん ひよこ豆 70-70アットビス レッドホドニー	油 ゆずドレッシング
6	水	北海道の献立 ごはん	牛乳	ホッケの一夜干し 石狩汁 かぼちゃのいとこ煮	ホッケ 白みそ 鮭 みそ 焼きとうふ	牛乳	にんじん ねぎ かぼちゃ	はくさい ごぼう	米 さとう じゃがいも あずき	油
7	木	ココアパン	牛乳	レバー入りメンチカツ コーンポタージュスープ ごぼうのサラダ	とり肉 とり肉レバー ベーコン 豆乳 えだまめ	牛乳	にんじん かぼちゃ パセリ	とうもろこし たまねぎ ごぼう	ココアパン さとう 米粉 パン粉 でんぷん えだまめ 小麦粉	油 フルクトレッシング
8	金	カミカミ献立 ごはん	牛乳	いかバーグ あおさのみそ汁 高野豆腐の含め煮	いか 高野とうふ とうふ たら みそ わかめ 糸寒天 赤つのまた 荳わかめ	牛乳 昆布	にんじん ねぎ	だいこん 干しいたけ たまねぎ	米 さとう でんぷん	油
11	月	ごはん	牛乳	さばの塩焼き なめこのみそ汁 ひじきの炒め煮	さば みそ とうふ さつま揚げ 油あげ	牛乳 ひじき	小松菜 にんじん いんげんまめ	たまねぎ なめこ 赤こんにゃく	米 さとう	油
12	火	中華めん	牛乳	ユーリンチー風からあげ ラーメンスープ 小松菜のパンパンジー	とり肉 なんと とり肉レバー とりささみ ぶた肉	牛乳 寒天	にんじん ねぎ こまつな	白ねぎ はくさい にんにく たまねぎ しょうが もやし まいだけ	中華めん でんぷん 米粉 さとう	油 ごま油
13	水	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	焼きししゃも すき焼き煮 切り干し大根の和え物	牛肉 焼きとうふ	牛乳 ししゃも	ねぎ こまつな にんじん	たまねぎ えのきたけ 赤こんにゃく はくさい 切り干しだいこん	米 ふ(小麦粉) じゃがいも さとう	油 ごま油
14	木	黒糖パン	牛乳	ぶた肉のトマト炒め ポトフ かぼちゃのサラダ	ぶた肉 とり肉	牛乳	ピーマン かぼちゃ にんじん トマト ブロッコリー だいこん葉	たまねぎ だいこん	パン 黒さとう じゃがいも ひよこ豆 70-70アットビス レッドホドニー	油 ノイック マネース
15	金	ファイバーくんの日 芽芽玄米入り ごはん	牛乳	豆とかぼちゃのコロッケ カレー 海藻サラダ	ぶた肉 黒豆 だいず わかめ 糸寒天 赤つのまた 荳わかめ	飲むヨーグルト 昆布	かぼちゃ にんじん こまつな	たまねぎ ごぼう れんこん	米 芽芽玄米 さとう でんぷん さといも 米粉 小麦粉 金時豆 手巾豆 パン粉	油 イソフラボンレッシング マーガリン
18	月	ごはん	牛乳	鮭の塩焼き きのこのすまし汁 大学芋	鮭	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ 干しいたけ	米 さつまいも さとう	油
19	火	食育の日 ごはん	牛乳	ちくわのせん茶揚げ 甲賀ふるさと汁 近江牛すじ肉丼の具	近江牛すじ肉 油あげ ちくわ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	茶 赤こんにゃく たまねぎ しらたき だいこん	米 天ぷら粉 さとう	油
20	水	ごはん	牛乳	厚揚げのみそあんかけ ぶた汁 こんにゃくとれんこんのきんぴら	厚あげ とうふ みそ ぶた肉	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん しめじ たまねぎ こんにゃく ごぼう れんこん	米 さとう でんぷん	ごま油 ごま
21	木	パン	牛乳	オムレツ 豆乳シチュー ほうれん草ともやしのサラダ	たまご とり肉 豆乳	牛乳	にんじん ブロッコリー ほうれん草	たまねぎ とうもろこし もやし	パン さとう じゃがいも 米粉 でんぷん	油 フルクトレッシング
22	金	和食の日 ごはん うめぼし	牛乳	白身魚のかつおだしあんかけ とうふの煮干しだしみそ汁 こんぶだしの根菜煮	ホキ みそ とうふ 油あげ	牛乳 昆布	にんじん ねぎ	うめぼし だいこん たまねぎ ごぼう 干しいたけ	米 さとう 米粉 でんぷん	油
25	月	ごはん	牛乳	揚げさわらの韓国風 豚キムチスープ ごぼうとしいたけのチャブチェ	さわら とうふ みそ ぶた肉	牛乳 いわし	にら パプリカ にんじん ピーマン	にんにく しめじ はくさい しょうが もやし ごぼう 干しいたけ	米 ほうろく でんぷん 米粉 さとう	油
26	火	パン	牛乳	ハンバーグソースがけ 野菜のコンソメスープ ブロッコリーのソテー	とり肉 ぶた肉 ウインナー ベーコン	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しめじ にんにく	パン じゃがいも 小麦粉 さとう 米粉 マカロニ でんぷん パン粉	油
27	水	ごはん	牛乳	あじフライ じゃがいものみそ汁 ほうれん草のおかかあえ	あじ かつお節 とうふ みそ	牛乳	ねぎ ほうれん草 にんじん	たまねぎ しめじ もやし	米 パン粉 さとう 小麦粉 じゃがいも	油
28	木	うずまきパン	牛乳	グラタン ミネストローネ ひじきのサラダ	だいず ベーコン 豆乳	牛乳 ひじき	にんじん トマト ほうれん草 いんげんまめ	たまねぎ キャベツ とうもろこし れんこん	パン じゃがいも さとう 米粉 水あめ	和風ドレッシング ショートニング 油 チキンオイル
29	金	ごはん	牛乳	厚焼き卵 肉じゃが 大根の酢の物	たまご ぶた肉	牛乳 昆布	にんじん いんげんまめ こまつな	たまねぎ だいこん しらたき はくさい 干しいたけ	米 でんぷん じゃがいも さとう	油

●台風19号の影響により、献立の一部が変更になることがあります。●

\* 麺製造工場では、小麦粉・そば粉・卵・乳を含む製品を製造しています。

\* パン製造工場では、卵などを含む製品を製造しています。(別紙参照)

\* 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。

©10月の放射能測定は、不検出でした。(～10/21) ©



保護者の皆様から、いた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26日(火)です。