



# 令和元年12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	
2	月	ごはん	牛乳	さけの塩焼き だいごのみそ汁 五目豆煮	さけ 油あげ ちくわ	みそ だいご	牛乳 こんぶ	にんじん ねぎ いんげんまめ	だいご こんにゃく	米 さとう	油
3	火	かるちゃんの日 黒糖パン	牛乳	きびなごフライ 白菜のシチュー ブロッコリーのドレッシングあえ	だいご 豆乳	とり肉	牛乳 きびなご	にんじん ブロッコリー	はくさい たまねぎ	パン 黒糖 米粉 パン粉 小むぎ粉 でんぷん じゃがいも	油
4	水	ごはん	牛乳	シューマイ 八宝菜 もやしナムル	ぶた肉 いか		牛乳	にんじん チンゲン菜	たまねぎ はくさい たけのこ しょうが もやし	米 でんぷん パン粉 さとう 小むぎ粉	ごま油 油
5	木	かみかみ献立 パン みかんジャム	牛乳	イカフライ ポークビーンズ れんごんのサラダ	いか ぶた肉	だいご	牛乳	にんじん いんげんまめ ほうれん草	たまねぎ れんごん とうもろこし みかん	パン パン粉 さとう 小むぎ粉 でんぷん じゃがいも 白いんげんまめ	油 ノンエッグ マヨネーズ
6	金	ファイバーくんの日 発芽玄米入りごはん	牛乳	とうふハンバーグたれかけ 筑前煮 切り干し大根サラダ	とうふ だいご ちくわ	とり肉	牛乳	にんじん いんげんまめ	たまねぎ ごぼう キャベツ こんにゃく たけのこ れんごん 切り干しだいご	米 発芽玄米 さといも 小むぎ粉 パン粉 さとう でんぷん	和風 ドレッシング
9	月	ごはん	牛乳	さばのみそがけ 肉じゃが なます	さば ぶた肉	みそ	牛乳	にんじん いんげんまめ	いとこんにゃく たまねぎ だいご	米 さとう じゃがいも	油
10	火	鉄ちゃんの日 うすまきパン	牛乳	レバー入りメンチカツ コンソメスープ ほうれん草としめじのソテー	ぶた肉 とり肉	とりレバー	牛乳	にんじん パセリ ほうれん草	たまねぎ キャベツ とうもろこし セロリー しめじ	パン さとう パン粉 小むぎ粉 米粉 でんぷん	油
11	水	全国味めぐり ごはん ～山梨県～	牛乳	とり肉のゆず香り焼き ほうとう ぶどうゼリー	とり肉 油あげ	みそ	牛乳	にんじん かぼちゃ ねぎ	ゆず だいご はくさい しめじ ぶどう	米 水あめ さとう ほうとう(小むぎ粉)	
12	木	丸パン横切り	牛乳	とんかつ とんかつソース キャロット米粉ポターージュスープ キャベツのカレーソテー	ぶた肉 ベーコン	だいご粉 豆乳	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	パン コーンスターチ 小むぎ粉 でんぷん パン粉 米粉 さとう	油
13	金	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ 中華スープ 春雨サラダ	ぶた肉 だいご ハム	だいご粉 とり肉	牛乳	ねぎ にんじん	キャベツ しょうが 干しいたけ だいご たまねぎ	米 小むぎ粉 水あめ でんぷん さとう はるさめ	油 豚脂 ごま油
16	月	わかめごはん	牛乳	厚焼きたまご 豚汁 ひじきと大豆の煮物	たまご ぶた肉 みそ ちくわ 油あげ	かつお粉末 わかめ ひじき	牛乳	にんじん ねぎ	だいご こんにゃく	米 でんぷん さとう さといも	油
17	火	ソフトめん	牛乳	かきあげ かやく汁 ほうれん草のお浸し	ぶた肉 かまぼこ	油あげ	牛乳	にんじん 春菊 ねぎ ほうれん草	たまねぎ もやし	ソフトめん 小むぎ粉 でんぷん さとう	油
18	水	ごはん	牛乳	イカステーキ カレー キャベツのあますあえ	いか ぶた肉		牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ	米 じゃがいも 米粉 さとう	
19	木	食育の日 ごはん うめぼし	牛乳	わかさぎのお茶あげ とうふのすまし汁 だいごんの煮物	かまぼこ とり肉	とうふ	牛乳 わかさぎ	ねぎ にんじん	茶の葉 しめじ たまねぎ だいご こんにゃく うめぼし	米 米粉 さとう	油
20	金	冬至献立 ごはん	牛乳	ハンバーグおろしソースがけ かぼちゃのみそ汁 白菜のゆず香あえ	とり肉 だいご みそ	ぶた肉 油あげ	牛乳 こんぶ	トマト かぼちゃ ねぎ にんじん	たまねぎ しょうが だいご はくさい ゆず	米 でんぷん 米粉 さとう	豚脂
23	月	クリスマス献立 キャロットピラフ	飲むヨーグルト	チキンハーブ焼き 冬野菜のポトフ クリスマスデザート	とり肉 だいご(キャロットピラフ)	ぶた肉	飲むヨーグルト	にんじん ブロッコリー 赤ピーマン	とうもろこし たまねぎ ごぼう れんごん だいご	米 じゃがいも さとう	油 オリーブ油

\*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。  
©11月の給食の放射能測定は、不検出でした。(～11月26日)

楽しい冬休みを元気に過ごす呪文は・・・  
**早寝早起き朝ごはん!**



**12月**

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  
よろしく申し上げます。

**12月の口座振替日は26日(木)です。**

