



令和2年8・9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
8月24	月	わかめごはん	牛乳	ハンバーグおろしだれ えだまめ オクラのすまし汁	とり肉 ふた肉 だいす	牛乳 わかめ	おくら にんじん	えだまめ えのきだけ だいこん しょうが たまねぎ	米 米粉	豚脂
25	火	ごはん	牛乳	さわらのにんにくソース もずく 油あげのみそ汁	さわら とり肉 油あげ みそ	牛乳 もずく	にんじん ねぎ	にんにく キャベツ たまねぎ	米 小麦粉	
26	水	ごはん	牛乳	シヨロンボー(小2こ 中3こ) 中華炒め わかめスープ	ふた肉 とり肉 なると	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ もやし たまねぎ だれのこ しょうが しいたけ	米 小麦粉	豚脂 油
27	木	ナン	ヨーグルト	チキンナゲット(小2こ 中3こ) キャベツのサラダ キーマカレー	ふた肉 だいす とり肉	のむヨーグルト	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ とうもろこし グリーンピース きゅうり にんにく しょうが	パン 小麦粉 さとう でんぷん パン粉	油 オリーブ油 豚脂
28	金	かみかみ献立 発芽玄米入りごはん	牛乳	さけの白みそだれ こんぶとじゃこのきんぴら えのきだけのすまし汁	さけ とうふ 白みそ	牛乳 こんぶ ちりめんじゃこ	にんじん 杉谷とうがらし ねぎ	えのきだけ ごぼう たまねぎ	発芽玄米 米	油
31	月	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	おからバーグのあんかけ 小松菜の梅あえ とうがんのすまし汁	おから とり肉	牛乳	こまつな にんじん ねぎ	とうがん うめぼし たまねぎ キャベツ	米 パン粉	油
9月1	火	ごはん	牛乳	春巻き キャベツの和え物 もやしスープ	ふた肉 だいす	牛乳	にんじん にら	キャベツ たまねぎ もやし 干しいたけ しめじ にんにく	米 小麦粉	油 豚脂
2	水	ごはん	牛乳	ふた肉とたまねぎのしょうが炒め 梨 けんちん汁	ふた肉 とうふ 油あげ	牛乳	にら にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが 干しいたけ キャベツ だいこん なし	米 さといも	油
3	木	カルちゃんの日 黒糖パン	牛乳	チキンカツ ひじきのサラダ 小松菜のスープ	とり肉 だいす まぐろ ふた肉	牛乳 ひじき	こまつな にんじん	ごぼう たまねぎ	黒糖パン さとう 小麦粉	でんぷん パン粉 油 ノンエッグ マヨネーズ
4	金	鉄ちゃんの日 ごはん	牛乳	さばの塩焼き 切り干し大根の煮つけ わかめのみそ汁	さば とり肉 油あげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	切り干しだいこん キャベツ 干しいたけ たまねぎ	米 さとう	
7	月	ごはん	牛乳	しゅうまい(小2こ 中3こ) もやしの和え物 マーボーどうふ	ふた肉 みそ 赤みそ とうふ	牛乳	にんじん ねぎ	もやし にんにく しょうが	米 小麦粉	でんぷん パン粉
8	火	ごはん	牛乳	さんまのたれがけ 野菜炒め かぼちゃのみそ汁	さんま ふた肉 みそ	牛乳	にんじん かぼちゃ ねぎ	キャベツ たまねぎ しめじ	米 さとう	油
9	水	重陽の節句献立 ごはん	牛乳	ほっけの一夜干し ほうれん草の和え物 菊かまぼこのすまし汁	ほっけ かまぼこ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	キャベツ たまねぎ	米 さとう	油
10	木	うずまきパン	牛乳	メンチカツ カットコーン ミネストローネ	ウインナー ふた肉	牛乳	にんじん トマト	とうもろこし にんにく たまねぎ キャベツ	うずまきパン 米粉 パン粉 でんぷん 小麦粉 さとう	油 オリーブ油 豚脂
11	金	ごはん	牛乳	チヂミ ごぼうとしいたけのチャブチェ ふたキムチスープ	ふた肉 すめいかけそ 牛肉 とうふ たらすりみ	牛乳	にんじん ほうれんそう にら	ごぼう キャベツ はくさいキムチ 干しいたけ たまねぎ えのきだけ にんにく だいこん しょうが	米 でんぷん	油 ごま油 ごま
14	月	ごはん	牛乳	コーンコロッケ だいこんサラダ ハヤシ	ふた肉 だいす	牛乳	にんじん こまつな	とうもろこし しめじ だいこん グリーンピース たまねぎ にんにく	米 パン粉	油 和風 ドレッシング
15	火	中華めん	牛乳	あげぎょうざ(小2こ 中3こ) もやしとりの和え物 シャージョーめん	とり肉 ふた肉 だいす 赤みそ みそ	牛乳	にんじん ねぎ にら	もやし にんにく キャベツ たまねぎ しょうが 干しいたけ だれのこ	中華めん でんぷん 小麦粉 パン粉 さとう	油
16	水	ごはん	牛乳	チキンの照り焼き キャベツとツナのポン酢あえ えだまめのすまし汁	とり肉 まぐろ	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ えだまめ えのきだけ しょうが	米	
17	木	全国味めぐり パンパン ～沖縄県の味～	牛乳	ゴーヤチャンプル シークワサーゼリー もずくスープ	ふた肉 とり肉 厚あげ かつおぶし	牛乳 もずく	にんじん ねぎ	たまねぎ にがうり 干しいたけ ドライパン	パン シークワサーゼリー さとう	油
18	金	食育の日・ふるさと献立 ごはん うめぼし	牛乳	さわらのお茶あんかけ 赤こんにゃくの炒り煮 かんぴょうのすまし汁	さわら 油あげ とうふ	牛乳	にんじん ねぎ	赤こんにゃく こんにゃく かんぴょう たまねぎ うめぼし 茶	米 でんぷん	油
23	水	ごはん	牛乳	白身魚のフライ ほうれん草のおかかあえ しめじのみそ汁	たら だいす かつおぶし みそ 油あげ	牛乳	ほうれんそう にんじん ねぎ	しめじ もやし たまねぎ	米 さといも	油
24	木	パン いちごジャム	牛乳	グラタン(とうもろこし) キャベツのマリネ コンソメスープ	ハム とり肉 豆乳	牛乳	にんじん パセリ	とうもろこし だいこん キャベツ えだまめ たまねぎ	パン 米粉 米パスタ さとう じゃがいも いちごジャム みずあめ	油 オリーブ油
25	金	ごはん	牛乳	あじフライ れんこんの炒め物 かまぼこのすまし汁	あじ だいす 焼きかまぼこ ふた肉	牛乳	にんじん ねぎ	れんこん えのきだけ たまねぎ しょうが にんにく	米 小麦粉	油
28	月	ごはん	牛乳	肉だんご(小2こ 中2こ) ホイコーロー はるさめスープ	ふた肉 だいす 赤みそ とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ にんにく キャベツ	米 パン粉	豚脂
29	火	ごはん	牛乳	ハンバーグ和風ソースがけ ツナとひじきの和え物 じゃがいものみそ汁	とり肉 ふた肉 まぐろ だいす みそ	牛乳 ひじき	にんじん ねぎ	たまねぎ とうもろこし しょうが	米 さとう	油 ノンエッグ マヨネーズ 豚脂
30	水	ごはん	牛乳	厚焼きたまご (対応食: 豚肉とたまねぎの炒め物) なます 肉じゃが	たまご(ふた肉) 油あげ 牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ だいこん いとこんにゃく グリーンピース	米 じゃがいも でんぷん	油

*ソフトめん・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。*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。
 ◎7月の給食の放射能測定は、不検出でした。(7月13日)

