



令和3年 1月 学校給食献立表

甲賀市西部学校給食センター TEL : 62-0743



日	曜日	主 食	牛乳	献立名	主 要 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	金	ファイバーくんの日 黒糖パン	牛乳	ぶた肉のケチャップ炒め りんごゼリー 根菜のスープ	ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ だいこん たまねぎ ごぼう れんこん	黒糖パン さとう りんごゼリー	油
12	火	お正月献立 ごはん	牛乳	ぶりのたれかけ 紅白なます おそうに	ぶり 白みそ みそ	牛乳	にんじん ねぎ だいこん はくさい	米 さとう でんぷん さといも だまこもち	油	
13	水	パン	飲むヨーグルト	ウインナーソースかけ(小2こ 中3こ) キャベツとコーンのソテー キャロット豆乳ポタージュ	チキンウインナー ベーコン とう乳	飲むヨーグルト	にんじん パセリ キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン さとう 米粉 でんぷん	油	
14	木	全国味めぐり ごはん 鹿児島県	牛乳	きびなごフライ こまつな とさつまあげの炒め物 さつま汁	さつまあげ とり肉 みそ だいす	牛乳 きびなご	こまつな にんじん キャベツ だいこん こんにゃく ごぼう	米 さとう さといも パン粉 小麦粉 でんぷん	油	
15	金	ソフトめん	牛乳	ちくわの天ぷら はくさいと春菊のおひたし かやくうどん汁	ちくわ ぶた肉	牛乳	しゅんぎく にんじん ねぎ	はくさい 干しいたけ たまねぎ	ソフトめん さとう 天ぷら粉	油
18	月	ごはん	牛乳	ぎょうざ(小2こ 中3こ) ホイコーロー 肉だんごのスープ	ぶた肉 赤みそ だいす みそ とり肉	牛乳	ピーマン ねぎ にんじん いら キャベツ はくさい だいこん たまねぎ	米 さとう でんぷん パン粉 小麦粉 水あめ	油	
19	火	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	びわますの塩焼き 赤こんにゃくと牛肉のしくれ煮 冬野菜たっぷりうち豆汁	びわます 牛肉 うちまめ 油あげ みそ	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ しょうが だいこん うめぼし	米 さとう さといも	油	
20	水	かみかみ献立 ごはん	牛乳	オムレツ (対応食：豚肉と玉ねぎの炒め物) ごぼうのサラダ きのこのカレー	(ぶた肉) とり肉 たまご	牛乳	にんじん たまねぎ ごぼう とうもろこし しめじ にんにく しょうが	米 さとう じゃがいも でんぷん	油 ノンエッグ マヨネーズ	
21	木	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	いわしのうめ煮 こうやどうふの五目煮 わかめのすまし汁	こうやどうふ 焼きかまぼこ いわし	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん こんにゃく たまねぎ 干しいたけ うめ	米 さとう でんぷん		
22	金	鉄ちゃんの日 うずまきパン	牛乳	レバー入りミンチカツ こまつなとにんじんのソテー 切り干しだいこんのスープ	ベーコン とり肉 とりレバー	牛乳	こまつな にんじん パセリ たまねぎ 切り干しだいこん	パン さとう 米粉 パン粉 でんぷん 小麦粉	油	

☆全国学校給食週間☆

25	月	近江牛 ごはん	牛乳	はくさいのこんぶあえ みかんゼリー 近江牛丼の具	近江牛肉	牛乳 塩こんぶ	にんじん ねぎ はくさい たまねぎ こんにゃく しょうが	米 さとう みかんゼリー	
26	火	滋賀の食文化財 アメノイオごはん	牛乳	こあゆの佃煮 日野菜漬けあえ とうふのすまし汁	びわます どうふ とり肉	牛乳 こんぶ 寒天 こあゆ	にんじん ねぎ にら 干しいたけ 葱ねぎ だいこん たまねぎ えのきだけ 日野菜	米 さとう	
27	水	甲賀市の食べ物 ごはん	牛乳	忍ねぎまんじゅう(小2こ 中3こ) お茶そば炒め 甲賀ふるさとみそスープ	とり肉 みそ ぶた肉 手裏剣かまぼこ だいす	牛乳	ねぎ にんじん にら 茶 キャベツ にんにく たまねぎ はくさい 忍ねぎ だいこん しょうが	米 でんぷん 小麦粉	油 豚脂
28	木	近江しゃも ごはん	牛乳	さつまいもの天ぷら(小2こ 中2こ) ほうれん草のおかかあえ 近江しゃものじゅんじゅん	かつおぶし 近江しゃも	牛乳	ほうれん草 にんじん ねぎ はくさい 赤こんにゃく	米 さつまいも 天ぷら粉 さとう ちょうじふ	油
29	金	昔の給食 パン いちごジャム	牛乳	くじらとじゃがいものオーロラ煮 ゆでキャベツ コーンスープ	くじら	牛乳	にんじん パセリ キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン じゃがいも 米粉 いちごジャム でんぷん さとう	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。

*食材などご質問があれば、甲賀市西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。

*米飯工場のごはんは、18、25日です。

*下線がついているものは、冷たいおかずです。

◎12月の給食の放射線測定は、不検出でした。(～12月4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すようお願いいたします。
1月の口座振替日は26日(火)です。

新しい年を迎えました。みなさんはどんな冬休みをすごして
ましたか? さて、1月24日から1月30日までは、全国学校給
食週間です。いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割に
ついて考えてみましょう。

