



# 令和3年2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  | ごはん                            | 牛乳    | しゅうまい(小2こ 中3こ)<br>チンゲンサイのあえもの<br>キムチなべ                  | ぶた肉 とり肉<br>みそ とうふ                  | 牛乳                | チンゲンサイ<br>にんじん<br>にら   | キャベツ もやし はくさい<br>にんにく えのきたけ<br>しょうが たまねぎ         | 米 パン粉<br>さとう てんぷん<br>小麦粉 水あめ                       |    |                         |
| 2     | 火  | 節分献立<br>わかめごはん                 | 牛乳    | いわしのかば焼き<br>しゅんぎくとはくさいの梅こんぶあえ<br>おにかまぼこのすまし汁            | おにかまぼこ<br>いわし                      | 牛乳<br>わかめ<br>塩こんぶ | しゅんぎく<br>にんじん<br>ねぎ    | はくさい しめじ<br>うめ<br>たまねぎ                           | 米<br>さとう<br>てんぷん                                   |    | 油                       |
| 3     | 水  | 黒糖パン                           | 牛乳    | さけのトマトソース<br>ポテトサラダ<br>パンフキン豆乳ポタージュ                     | さけ ハム<br>ベーコン                      | 牛乳                | にんじん<br>トマト<br>かぼちゃ    | たまねぎ<br>とうもろこし<br>グリーンピース                        | 黒糖パン さとう<br>じゃがいも<br>米粉                            |    | ノンエッグ<br>マヨネーズ          |
| 4     | 木  | ごはん<br>おかかふりかけ                 | 牛乳    | さばの塩焼き<br>もやしとちくわの酢の物<br>かす汁                            | さば みそ<br>ちくわ<br>ぶた肉                | 牛乳                | にんじん<br>さやいんげん<br>ねぎ   | もやし こんにゃく<br>だいこん<br>たまねぎ                        | 米 酒かす<br>さとう<br>じゃがいも                              |    |                         |
| 5     | 金  | かるちゃんの日<br>うすまきパン              | 牛乳    | ししゃもフリッター(小2こ 中2こ)<br>ぶた肉のガーリックソテー<br>小松菜としめじのスープ       | ぶた肉<br>とり肉                         | 牛乳<br>ししゃも        | にんじん<br>こまつな           | キャベツ しめじ<br>たまねぎ<br>にんにく                         | うすまきパン<br>てんぷん じゃがいも<br>玄米粉 米粉パン粉                  |    | 油                       |
| 8     | 月  | ごはん                            | 牛乳    | ほっけの一夜干し<br>ブロッコリーのおかかあえ<br>おでん                         | ほっけ あつあげ<br>とり肉 ちくわ<br>かつおぶし       | 牛乳                | ブロッコリー<br>にんじん         | たまねぎ<br>だいこん<br>こんにゃく                            | 米<br>さとう<br>じゃがいも                                  |    |                         |
| 9     | 火  | かみかみ献立<br>ごはん                  | 牛乳    | かんぴょうのかみかみかきあげ<br>根菜いため<br>切り干し大根のみそ汁                   | ぶた肉<br>みそ                          | 牛乳                | ピーマン<br>にんじん<br>ねぎ     | かんぴょう れんこん<br>茶の葉 ごぼう しめじ<br>たまねぎ 切り干し大根         | 米<br>さとう<br>大豆ら粉                                   |    | 油<br>ごま油<br>ごま          |
| 10    | 水  | アップルパン                         | 牛乳    | グラタン(かぼちゃ)<br>キャベツのフレンチサラダ<br>冬野菜のポトフ                   | ウインナー<br>豆乳                        | 牛乳                | にんじん<br>ブロッコリー<br>かぼちゃ | キャベツ れんこん<br>たまねぎ だいこん<br>ごぼう りんご                | パン 米粉<br>じゃがいも<br>さとう 水あめ                          |    | 油<br>フレンチ<br>ドレッシング     |
| 12    | 金  | 中華めん                           | 牛乳    | 春巻き<br>大根ナムル<br>みそラーメンのスープ                              | ぶた肉<br>みそ<br>だいす                   | 牛乳<br>わかめ         | にんじん<br>ほうれん草<br>にら    | だいこん キャベツ しょうが<br>たまねぎ とうもろこし にんにく<br>干ししいたけ もやし | 中華めん 春雨<br>さとう てんぷん<br>小麦粉                         |    | 油<br>ごま油<br>豚脂          |
| 15    | 月  | ファイバーくんの日<br>ごはん               | 牛乳    | 白身魚のにんにくソース<br>さつまいもをそぼろ煮<br>きのこのすまし汁                   | ホキ<br>とり肉<br>焼きかまぼこ                | 牛乳                | にんじん<br>ねぎ             | にんにく しめじ<br>グリーンピース えのきたけ<br>たまねぎ                | 米 てんぷん<br>さとう                                      |    | 油                       |
| 16    | 火  | 全国味めぐり<br>ごはん<br>～山梨県～         | 牛乳    | とり肉のゆず香焼き<br>ぶどうゼリー<br>ほうとう                             | とり肉<br>油あげ<br>みそ                   | 牛乳                | にんじん<br>かぼちゃ<br>ねぎ     | ゆず果汁 しめじ<br>だいこん<br>はくさい                         | 米 ほうとう<br>ぶどうゼリー                                   |    |                         |
| 17    | 水  | ココアパン                          | 牛乳    | ハンバーグ<br>海そうサラダ<br>ミネストローネ                              | とり肉 ぶた肉<br>だいす ベーコン                | 牛乳 わかめ<br>こんぶ ぶのり | にんじん<br>トマト            | たまねぎ だいこん<br>キャベツ しょうが                           | ココアパン てんぷん<br>米粉 さとう<br>米粉マカロニ                     |    | 豚脂<br>和風ドレッシング          |
| 18    | 木  | ごはん                            | 牛乳    | 味つき肉だんご(小2こ 中2こ)<br>もやしの中華ソテー<br>中華スープ                  | ぶた肉 とり肉<br>だいす ハム                  | 牛乳<br>わかめ         | チンゲンサイ<br>にんじん         | たまねぎ もやし<br>はくさい 干ししいたけ<br>とうもろこし                | 米 パン粉 てんぷん<br>さとう                                  |    | 豚脂                      |
| 19    | 金  | 食育の日・ふるさと献立<br>ごはん<br>甲南町のうめぼし | 牛乳    | わかさぎのかりん揚げ<br>甲賀市産だいすのなっとう<br>甲賀ふるさと汁                   | なっとう<br>油あげ<br>みそ                  | 牛乳<br>わかさぎ        | にんじん<br>ねぎ             | こんにゃく うめぼし<br>干ししいたけ<br>キャベツ                     | 米 さつまいも<br>てんぷん<br>黒さとう                            |    | 油                       |
| 22    | 月  | 忍者の日<br>黒かげごはん<br>ごま塩          | ヨーグルト | 忍忍コロック<br>忍ねぎのサラダ<br>近江牛たっぷり甲賀流忍者なべ<br>甲賀市産にんじんとみかんのゼリー | まくろ<br>近江牛肉 ぶた肉<br>しゅりけんかまぼこ<br>みそ | 飲むヨーグルト           | こまつな<br>にんじん<br>ねぎ     | しのぶねぎ たまねぎ<br>キャベツ<br>赤こんにゃく<br>だいこん 竹炭          | 米 じゃがいも<br>黒米(もち米) さとう<br>小麦粉 パン粉<br>米粉 にんじんみかんゼリー |    | 油 豚脂<br>和風ドレッシング<br>黒ごま |
| 24    | 水  | ごはん                            | 牛乳    | グリルチキン<br>キャベツの甘酢あえ<br>カレー                              | とり肉<br>ぶた肉                         | 牛乳                | にんじん                   | キャベツ にんにく<br>とうもろこし しょうが<br>たまねぎ                 | 米<br>さとう<br>じゃがいも                                  |    |                         |
| 25    | 木  | ごはん                            | 牛乳    | 厚焼きたまご<br>(対応食：ぶた肉とたまねぎの炒め物)<br>もやしのゆかりあえ<br>具だくさんみそ汁   | たまご(ぶた肉)<br>とり肉<br>みそ              | 牛乳                | にんじん<br>こまつな<br>ねぎ     | たまねぎ (しょうが)<br>もやし<br>あかしそ<br>キャベツ               | 米<br>さとう<br>じゃがいも<br>てんぷん                          |    | 油                       |
| 26    | 金  | 鉄ちゃんの日<br>うすまきパン               | 牛乳    | とりとレバーのオーロラ煮<br>にんじんとたまねぎのサラダ<br>ほうれん草のスープ              | とり肉 ウインナー<br>とりレバー<br>まくろ          | 牛乳                | かぼちゃ<br>にんじん<br>ほうれん草  | たまねぎ   | うすまきパン<br>てんぷん<br>さとう じゃがいも                        |    | 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。

\*米飯工場のごはんは、1、8、15、22日です。

\*使用食材などご質問があれば、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。

◎12月の給食の放射線測定は、不検出でした。(～12月22日)

★2月9日(火)の「かんぴょうのかみかみかきあげ」は、甲南高校生が考えたメニューです★



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  
よろしくお願いいたします。  
2月の口座振替日は26日(金)です。