



令和4年11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	牛乳小魚海菜	緑黄色野菜	その他の野菜果物	穀類芋類砂糖	油脂類						
1	火	かみかみ献立 ごはん	牛乳	ししゃもの米粉フライ(小2こ 中2こ) かまぼこのかみかみあえ ぶた汁	ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 ししゃも	にんじん ねぎ	かまぼこ とうもろこし たまねぎ ごぼう	米 米粉のパン粉 さとう でんぷん こんにゃく	油						
2	水	ごはん	牛乳	あじの塩焼き 切り干しだこの煮物 キャベツのみそ汁	あじ 油あげ みそ ちくわ	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	切り干しだいこん キャベツ だいこん たまねぎ	米 さとう	油						
4	金	全国味めぐり ごはん ～群馬県～	牛乳	とんかつ 上州きんぴら おきりこみ	ぶた肉 とり肉 さつまあげ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう だいこん しいたけ はくさい	米 パン粉 こんにゃく めん 小麦粉 さとう でんぷん さとう	油						
7	月	ごはん	牛乳	とりのから揚げ(小2こ 中2こ) だいこんのサラダ かまぼこのすまし汁	とり肉 かまぼこ とうふ	牛乳	にんじん みつば	しょうが だいこん たまねぎ えのきたけ とうもろこし	米 でんぷん	油						
8	火	いい歯の日 ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 こまつなの炒め物 とうふのみそ汁	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ しょうが しめじ たまねぎ	米 さとう でんぷん	油						
9	水	うすまきパン 【対応食：ごはん】	牛乳	さけのトマトソース さつまいもと豆のサラダ コーンスープ	さけ だいず ベーコン	牛乳	トマト パセリ さやいんげん にんじん	たまねぎ しょうが とうもろこし	うすまきパン さつまいも さとう	油						
10	木	わかめごはん	牛乳	豚肉とたまねぎの炒め物 りんご のっぺい汁	ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん わかめ	たまねぎ しょうが だいこん りんご 干しいたけ	米 さとう さとう でんぷん こんにゃく	油						
11	金	中華めん 【対応食：ごはん】	牛乳	春巻き キャベツととりのあえもの ラーメンスープ	とり肉 ぶた肉 だいず なると	牛乳	にんじん ねぎ にら	キャベツ もやし たまねぎ 干しいたけ しょうが にんにく	中華めん さとう はるさめ でんぷん 小麦粉	油						
14	月	ごはん	牛乳	チキンナゲット(小2こ 中3こ) キャベツのコールスロー ビーフシチュー	牛肉 とり肉 だいず	牛乳	にんじん トマト	キャベツ にんにく とうもろこし たまねぎ しょうが	米 でんぷん じゃがいも 米粉	油						
15	火	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	おからハンバーグおろしソース れんこんの炒め物 きのこのみそ汁	ぶた肉 おから ちくわ とり肉 みそ だいず	牛乳	にんじん わかめ	だいこん れんこん たまねぎ にんにく しょうが しめじ えのきたけ	米 パン粉 さとう でんぷん	油						
16	水	カルちゃんの日 パン【対応食：ごはん】 液体ココア	牛乳	丸ごとさけメンチカツ こまつなと切り干し大根のサラダ キャロット豆乳スープ	さけ たら ベーコン 豆乳 だいず	牛乳	こまつな にんじん パセリ	切り干し大根 たまねぎ	パン パン粉 小麦粉 液体ココア でんぷん じゃがいも 米粉 さとう	油						
17	木	ごはん	牛乳	厚揚げのみそあんかけ ひじきの煮つけ つみれ汁	厚揚げ みそ とり肉 ひじき いわし たら	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	えのきたけ たまねぎ しょうが	米 さとう でんぷん こんにゃく	油						
18	金	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	ちくわのお茶米粉天ぷら 近江米ムース とりのじゅんじゅん	ちくわ だいず粉 とり肉 豆乳 焼き豆腐	牛乳	にんじん	茶 うめぼし たまねぎ 忍ねぎ はくさい	米 米粉 水あめ 赤こんにゃく さとう 丁子粉(小麦粉)	油						
21	月	ごはん	牛乳	ハンバーグ和風ソースかけ だいこんの甘酢あえ さとうと油あげのみそ汁	とり肉 ぶた肉 油あげ だいず みそ	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ しめじ	米 さとう じゃがいも でんぷん さとう	油						
22	火	鉄ちゃんの日 ごはん	牛乳	とりとレバーのオーロラ煮 ほうれん草のおかかあえ わかめのすまし汁	とり肉 とりレバー かつおぶし かまぼこ	牛乳	ほうれん草 にんじん	もやし たまねぎ しょうが	米 でんぷん さとう	油						
24	木	和食の日 ごはん	牛乳	さばの塩焼き 高野とうふの含め煮 はくさいとさつまあげのみそ汁	さば みそ 高野とうふ さつまあげ	牛乳	にんじん こんぶ	干しいたけ さやいんげん ねぎ たまねぎ	米 さとう	油						
25	金	ごはん	ヨーグルト	オムレツ (対応食：豚肉と玉ねぎの炒め物) 海そうサラダ カレー	たまご ぶた肉 こんぶ 赤つのまた	牛乳	にんじん わかめ ふのり 菜わかめ	たまねぎ しょうが とうもろこし もやし にんにく	米 でんぷん さとう じゃがいも 米粉	油						
28	月	ごはん	牛乳	白身魚フライ 花野菜の梅あえ とうふのすまし汁	さわら とり肉 だいず とうふ	牛乳	にんじん ブロッコリー ねぎ	うめ カリフラワー たまねぎ えのきたけ	米 でんぷん パン粉 小麦粉 さとう	油						
29	火	ごはん	牛乳	しゅうまい(小2こ 中3こ) もやしの中華あえ 八宝菜	ぶた肉 なると	牛乳	にんじん ほうれん草 チンゲンサイ	もやし はくさい たまねぎ しょうが	米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん 水あめ	ごま ごま油						
30	水	黒糖パン 【対応食：ごはん】	牛乳	とりの照り焼き キャベツの炒め物 ミネストローネ	とり肉 ベーコン	牛乳	こまつな にんじん トマト パセリ	しょうが キャベツ たまねぎ しめじ	黒糖パン さとう じゃがいも 星米粉マカロニ	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。
- *給食の放射線測定は不検出でした。
- *米飯工場のごはんは、7、14、21、28日です。
- *下線がついているものは、冷たいおかずです。



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お願いいたします。

11月の口座振替日は11月28日(月)です。