



令和4年5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 | こどもの日献立 ごはん ふりかけ | 飲むヨーグルト | ハンバーグ和風ソースかけ かしわもち かまぼこのすまし汁 | とり肉 ぶた肉 だいず かまぼこ(かぶと)とうふ かまぼこ(さかな)小豆 | 飲むヨーグルト 寒天 あおさ 焼きのり | にんじん たまねぎ みつば えのきたけ | 米 米粉 さとう 発芽玄米 でんぷん ジャがいも | 油 | |
| 6 | 金 | ごはん | 牛乳 | 白身魚フライ ほうれんそうのあえ物 肉じゃが | さわら ぶた肉 だいず | 牛乳 | ほうれん草 にんじん もやし たまねぎ | 米 ジャがいも こんにゃく パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん | 油 | |
| 9 | 月 | ごはん | 牛乳 | しゅうまい(小2中3) もやしのパンサンスー 中華スープ | ぶた肉 ハム | 牛乳 | にんじん チンゲンサイ たまねぎ たけのこ | 米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん | ごま油 | |
| 10 | 火 | 丸型横切りパン 【対応食:ごはん】 | 飲むヨーグルト | チキンカツ キャベツのカレーソテー コーン豆乳ポタージュ | とり肉 ベーコン 豆乳 | 飲むヨーグルト ミニ | にんじん パセリ | キャベツ たまねぎ とうもろこし | 油 パン さとう 米粉 小麦粉 でんぷん パン粉 | |
| 11 | 水 | ファイバーくんの日 ごはん | 牛乳 | いわしの素あげ 切り干しだいこんの煮物 とうふのみそ汁 | いわし みそ 油あげ ちくわ とうふ | 牛乳 | にんじん さやいんげん ねぎ たまねぎ | 米 さとう | 油 | |
| 12 | 木 | うすまきパン 【対応食:ごはん】 | 牛乳 | とうふハンバーグケチャップソースかけ フルーツミックス ウインナーのポトフ | とうふ ウインナー とり肉 だいず | 牛乳 | にんじん みかん だいこん たまねぎ りんご キャベツ れんこん パイナップル もも ごぼう | うすまきパン 小麦粉 さとう ジャがいも でんぷん パン粉 | 油 | |
| 13 | 金 | 鉄ちゃんの日 ごはん | 牛乳 | レバー入りメンチカツ きんぴらごぼう ほうれんそうのすまし汁 | とり肉 とりレバー 牛肉 | 牛乳 | にんじん ごぼう ほうれん草 干ししいたけ | 米 さとう パン粉 米粉 小麦粉 でんぷん | 油 | |
| 16 | 月 | カルちゃんの日 わかめごはん | 牛乳 | 焼きししゃも(小2中2) ひじきの炒め煮 ぶた汁 | さつまあげ ぶた肉 みそ とうふ | 牛乳 ひじき わかめ ししゃも | にんじん ねぎ さやいんげん ごぼう | 米 さとう | 油 | |
| 17 | 火 | ソフトめん 【対応食:ごはん】 | 飲むヨーグルト | 野菜かきあげ ゆでスナッフえんどう ノイグ マネズ かやくうどん汁 | ぶた肉 焼きかまぼこ だいず | 飲むヨーグルト ミニ | にんじん ねぎ しゅんぎく | スナッフえんどう たまねぎ ごぼう しいたけ | 油 ソフトめん 小麦粉 ノイグ マネズ | |
| 18 | 水 | かみかみ献立 ごはん | 牛乳 | いかのたれかけ さやいんげんのごまあえ 筑前煮 | いか とり肉 ちくわ | 牛乳 | さやいんげん にんじん | しょうが たけのこ 干ししいたけ ごぼう グリーンピース れんこん | 米 でんぷん さとう こんにゃく 里芋 | ごま |
| 19 | 木 | 食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし | 牛乳 | さわらのお茶あげ 赤こんにゃくのおかか煮 甲賀ふるさと汁 | さわら かつおぶし みそ とうふ | 牛乳 | にんじん ねぎ たまねぎ | 米 でんぷん こんにゃく さとう 赤こんにゃく | 油 | |
| 20 | 金 | ごはん | 牛乳 | チキンナゲット(小2中3) キャベツのサラダ カレー | とり肉 だいず ハム ぶた肉 | 牛乳 | にんじん キャベツ しょうが たまねぎ にんにく | 米 ジャがいも 米粉 でんぷん | 油 イソフラボン レソックス | |
| 23 | 月 | 全国味めぐり~新潟県~ ごはん | 牛乳 | さけの焼き漬け あらめの煮付け のっぺい汁 | さけ 油あげ とり肉 | 牛乳 あらめ | にんじん ねぎ | だいこん 干ししいたけ | 米 さとう でんぷん こんにゃく さといも | 油 |
| 24 | 火 | パン いちごジャム 【対応食:ごはん】 | 牛乳 | グラタン(かぼちゃ) 豚肉のケチャップ炒め コンソメスープ | ぶた肉 ベーコン おから 豆乳 | 牛乳 | かぼちゃ トマト ブロッコリー | たまねぎ キャベツ しめじ | パン ジャがいも 米粉 さとう いちごジャム でんぷん 水あめ | 油 |
| 25 | 水 | ごはん | 牛乳 | とりの照り焼き 高野とうふの含め煮 若竹汁 | とり肉 高野豆腐 焼きかまぼこ | 牛乳 こんぶ わかめ | にんじん さやいんげん たけのこ たまねぎ | しょうが 干ししいたけ | 米 さとう | 油 |
| 26 | 木 | 黒糖パン 【対応食:ごはん】 | 飲むヨーグルト | コーンコロケ ブロッコリーとツナのサラダ ミネストローネ | ベーコン まぐろ | 飲むヨーグルト ミニ | ブロッコリー にんじん トマト パセリ | とうもろこし たまねぎ | 黒糖パン パン粉 米粉 ジャがいも 小麦粉 星米粉マカロニ さとう | 油 フルクト レソックス |
| 27 | 金 | 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) ほうれん草のごまあえ じゃがいものみそ汁 | たまご (ぶた肉) 油あげ みそ | 牛乳 | ほうれん草 にんじん ねぎ | たまねぎ しょうが もやし | 米 さとう ジャがいも でんぷん | 油 ごま |
| 30 | 月 | ごはん | 牛乳 | さばの塩焼き れんこんのきんぴら けんちん汁 | さば とり肉 牛肉 とうふ | 牛乳 | にんじん さやいんげん | れんこん ごぼう こんにゃく だいこん | 米 さとう | 油 |
| 31 | 火 | ごはん | 牛乳 | 焼きぎょうざ(小2中3) もやしのナムル マーボーとうふ | ぶた肉 赤みそ みそ とうふ だいず | 牛乳 | にんじん ねぎ | もやし しょうが キャベツ たまねぎ にんにく しいたけ 干ししいたけ いら | 米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん | ごま油 豚脂 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、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。
◎現在のところ、給食の放射線測定は、不検出でした。

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。

