



# 令和4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29	月	ごはん ふりかけ(発芽玄米)	牛乳	ぶた肉のしょうが炒め ぶどうゼリー かぼちゃのみそ汁	ぶた肉 油あげ みそ	牛乳	ねぎ かぼちゃ にんじん	たまねぎ もやし しょうが	米 ぶどうゼリー さとう ふりかけ(発芽玄米)	油
8月30	火	ごはん	牛乳	さばの塩焼き 切り干しだいこんの煮物 とうふのすまし汁	さば とうふ ちくわ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	切り干し大根 たまねぎ えのきたけ	米  さとう	油
8月31	水	ごはん	牛乳	しゅうまい(2こ) 杉谷とうがらし入りホイコーロー 中華コーンスープ	ぶた肉 赤みそ とり肉	牛乳	にんじん 杉谷とうがらし	キャベツ たまねぎ しょうが とうもろこし にんにく たけのこ	米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん 水あめ	
1	木	ナン	飲むヨーグルト	ウインナー(小2こ、中3こ) 海そうサラダ 杉谷なすびのキーマカレー	ウインナー わかめ 赤つまた 莖わかめ こんぶ	飲むヨーグルト	にんじん トマト	たまねぎ しょうが とうもろこし 杉谷なすび にんにく	ナン こんにゃく でんぷん	和風ドレッシング
2	金	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ(小2こ、中3こ) きゅうりと大豆のごまサラダ 春雨スープ	ぶた肉 だいず とり肉 みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ ねぎ なら	きゅうり しょうが たまねぎ キャベツ しいたけ 干しいたけ にんにく	米 小麦粉 でんぷん えんどうはるさめ パン粉 水あめ さとう	油 こまドレッシング 豚脂
5	月	<b>全国味めぐり</b> ごはん ～高知県～	牛乳	かつおフライしょうがソースがけ ぐる煮 ゆずゼリー	かつお 厚あげ	牛乳	にんじん わかめ	しょうが だいこん ごぼう	米 さとう 小麦粉 でんぷん パン粉 ゆずゼリー さといも こんにゃく	油
6	火	丸形横切りパン	牛乳	米粉チキンカツ キャベツのカレーソテー ミネストローネ	とり肉 ベーコン だいず	牛乳	にんじん トマト パセリ	キャベツ たまねぎ	パン 星米粉マカロニ 米粉 さとう じゃがいも でんぷん	油
7	水	ごはん	牛乳	米粉チヂミのたれがけ ピピンパの具 いらスープ	牛肉 とり肉 赤みそ ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん ほうれん草 なら ねぎ	しょうが たまねぎ にんにく 干しいたけ もやし	米 米粉 さとう でんぷん	油 ごま油
8	木	うすまきパン	牛乳	コーンコロケ ピリ辛だいず コンソメスープ	ベーコン だいず とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	とうもろこし えだまめ しめじ たまねぎ	うすまきパン 小麦粉 さとう パン粉 じゃがいも 米粉	油
9	金	<b>重陽の節句・お月見献立</b> まいたけごはん	牛乳	花形とうふハンバーグたれがけ 菊のすまし汁 お月見だんご	油あげ とうふ おから とり肉 だいず	牛乳	にんじん ねぎ	まいたけ にんにく たまねぎ しょうが 菊	米 お月見だんご さとう でんぷん	油
12	月	ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 ひじきの煮つけ 赤だしのみね汁	とり肉 とうふ 赤みそ	牛乳	さやいんげん にんじん いわし ひじき わかめ	しょうが なめこ たまねぎ	米 赤こんにゃく さとう	油
13	火	中華めん	牛乳	とりのから揚げ(2こ) もやしのナムル みそラーメンスープ	とり肉 ぶた肉 なたと みそ	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが にんにく もやし キャベツ たまねぎ	中華めん でんぷん さとう	油 ごま油
14	水	<b>かみかみ献立</b> ごはん	牛乳	いかにんにくソース えだまめ 肉じゃが	いか ぶた肉	牛乳	にんじん さやいんげん	にんにく えだまめ たまねぎ	米 こんにゃく でんぷん さとう じゃがいも	
15	木	黒糖パン	牛乳	グラタン(とうもろこし) ツナサラダ コロコロ野菜のスープ	まぐろ だいず ウインナー おから 豆乳	牛乳	にんじん	とうもろこし キャベツ たまねぎ たまねぎ えだまめ	黒糖パン さとう じゃがいも でんぷん 米粉 水あめ	ノイタマツ マヨネーズ 油
16	金	<b>食育の日・ふるさと献立</b> ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	こあゆのお茶あげ 甲賀市産干しいたけと大豆の煮物 甲賀市産とうがらのすまし汁	だいず とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん ねぎ	茶 うめぼし とうがん 干しいたけ たまねぎ	米 でんぷん さとう 赤こんにゃく	油
20	火	<b>カルちゃんの日</b> たて切りパン	牛乳	白身魚フライ 切り干し大根の焼きそば こまつなのスープ	さわら だいず ぶた肉 とり肉 かつおぶし	牛乳	にんじん こまつな	切り干し大根 キャベツ たまねぎ	パン パン粉 小麦粉 でんぷん	油
21	水	ごはん	牛乳	ショウロンボウ(小2こ、中3こ) もやしの中華和え マーボーなす	ぶた肉 とり肉 とうふ だいず 赤みそ みそ	牛乳	にんじん ほうれん草 ねぎ	もやし たまねぎ にんにく 干しいたけ しょうが なす	米 小麦粉 さとう じゃがいも でんぷん パン粉	ごま ごま油
22	木	ごはん	牛乳	厚焼きたまご (対応食: 豚肉と玉ねぎの炒め物) さやいんげんのおかかあえ みそけんちん汁	たまご (ぶた肉) かつおぶし みそ 厚あげ とり肉	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ ごぼう (しょうが)	米 さとう でんぷん	油
26	月	<b>鉄ちゃんの日</b> ごはん	牛乳	とりとレバーのオーロラ煮 ひじきとれんこんのサラダ 切り干しだいこんのスープ	とり肉 ぶた肉 鶏レバー まぐろ	牛乳	にんじん パセリ	れんこん 切り干しだいこん たまねぎ しょうが	米 でんぷん さとう	油 ノイタマツ マヨネーズ
27	火	ごはん	牛乳	さんまの塩焼き さといものそぼろ煮 わかめととうふのみそ汁	さんま とうふ ぶた肉 みそ 油あげ	牛乳	にんじん わかめ	グリーンピース たまねぎ	米 さといも さとう	油
28	水	ごはん	牛乳	チキンナゲット(小2こ、中3こ) ほうれん草のサラダ ハヤシライスソース	とり肉 ぶた肉 だいず	牛乳	ほうれん草 にんじん	キャベツ しめじ たまねぎ グリンピース にんにく しょうが	米 じゃがいも でんぷん	イソフラボン レタス 油
29	木	アップルパン	牛乳	とりの照り焼き だいこんとこまつなのサラダ ミニウインナーのポトフ	とり肉 ウインナー	牛乳	こまつな にんじん さやいんげん	りんご たまねぎ しょうが キャベツ だいこん	パン じゃがいも さとう	和風ドレッシング
30	金	<b>ファイバーくんの日</b> ごはん	牛乳	おからハンバーグおろしソース きんぴらごぼう さつまいのみそ汁	おから みそ 牛肉 とうふ だいず ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん にんにく ごぼう しょうが たまねぎ えのきたけ	米 赤こんにゃく さとう さつまいも でんぷん	ごま ごま油 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、甲賀市東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。  
 \*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いいただきますようお願いいたします。  
 9月の口座振替日は26日(月)です。