



令和4年9月 学校給食献立表(中学校)

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	
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 ぶた肉 赤つのまた	飲むヨーグルト わかめ こんぶ	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 でんぶ	和風ドレッシング
2	金	中華めん	牛乳	とりのから揚げ(小2こ 中2こ) もやしのナムル みそラーメンスープ	とり肉 ぶた肉 なると 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 でんぶ さとう	油 ごま油
5	月	かみかみ献立 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 でんぶ さとう じゃがいも	
6	火	ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 ひじきの煮つけ 赤だしのなめこ汁	とり肉 とうふ 赤みそ	牛乳 いわし ひじき わかめ	さやいんげん にんじん	しょうが なめこ たまねぎ	米 赤こんにゃく さとう	油
7	水	丸型横切りパン	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 でんぶ	油
8	木	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 にら	きゅうり しょうが たまねぎ キャベツ ししだけ 干ししいたけ にんにく	米 小麦粉 でんぶ えんどうはるさめ パン粉 水あめ さとう	油 ごまドレッシング 豚脂
9	金	重陽の節句・お月見献立 またいたてごはん	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 でんぶ	油
12	月	ごはん	牛乳	米粉チヂミのたれがけ ビビンバの具 にらスープ	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 にら ねぎ	しょうが たまねぎ にんにく 干ししいたけ もやし	米 米粉 さとう でんぶ	油 ごま油
13	火	全国味めぐり わかめごはん ～高知県～	牛乳	かつおフライしょうがソースがけ くる煮 ゆずゼリー	かつお 厚あげ	牛乳 わかめ	にんじん	しょうが だいこん ごぼう	米 さとう 小麦粉 でんぶ パン粉 ゆずゼリー さといも こんにゃく	油
14	水	黒糖パン	牛乳	グラタン(とうもろこし) ツナサラダ ココロ野菜のスープ	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 でんぶ 米粉 水あめ	油 ワエダ マヨネーズ
15	木	ごはん	牛乳	ショーロンボウ(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 干ししいたけ しょうが なす	米 小麦粉 さとう じゃがいも でんぶ パン粉	ごま ごま油
16	金	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	こあゆのお茶あげ 甲賀市産干ししいたけと大豆の煮物 甲賀市産とうがんのすまし汁	だいず とり肉 さつまあげ	牛乳 こあゆ	にんじん ねぎ	茶 うめぼし とうがん 干ししいたけ たまねぎ	米 でんぶ さとう 赤こんにゃく	油
20	火	ごはん	牛乳	チキンゲット(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 でんぶ	油 ワエダ マヨネーズ
21	水	カルちゃんの日 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 でんぶ	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 でんぶ	油
26	月	鉄ちゃんの日 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 ひじき	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 でんぶ さとう	油 ワエダ 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 わかめ	にんじん	グリンピース たまねぎ	米 さといも さとう	油
28	水	うずまきパン	牛乳	コーンロッケ 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	うずまきパン 小麦粉 さとう パン粉 じゃがいも 米粉	油
29	木	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 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 でんぶ	ごま ごま油 油
30	金	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

- *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。
- *現在のところ、給食の放射線測定は、不検出でした。
- *米飯工場のごはんは、9月5日、12日、26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いください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。