



# 令和5年1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
10	火	お正月献立 ごはん	牛乳	さわらの塩焼き 黒豆の煮物 おそう煮	さわら 黒大豆 白みそ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	はくさい	米 さとう だまこもち 里いも	油
11	水	たて切りパン 【対応食:ごはん】	牛乳	フランクフルトのケチャップかけ キャベツのカレーソテー コンソメスープ	とり肉 フランクフルト	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ しめじ	パン さとう でんぷん じゃがいも	油
12	木	全国あじめぐり ひじきごはん ～愛媛県～	牛乳	ぶりのたれがけ いもたき みかん	ぶり とり肉 油あげ ちくわ	牛乳	にんじん 広島菜 京菜 しらす だいこん葉	干しいたけ みかん	米 里いも さとう こんにゃく でんぷん	
13	金	かみかみ献立 中華めん 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルトミニ	春巻き キャベツとりのかみかみあえ ちゃんぽんスープ	とり肉 ぶた肉 なると いか だいず	飲むヨーグルトミニ	にんじん ねぎ にら	かんぴょう とうもろこし キャベツ しょうが 干しいたけ もやし たまねぎ にんにく	中華めん でんぷん さとう 小麦粉 春雨	油 豚脂
16	月	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	さつまいもの米粉天ぷら れんこんのきんぴら けんちん汁	牛肉 厚あげ とり肉	牛乳 こんぶ	にんじん ねぎ	れんこん だいこん ごぼう たまねぎ	米 こんにゃく さつまいも さとう 米粉	油
17	火	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	焼きししゃも(小2こ 中2こ) 小松菜の梅しらすあえ わかめととうふのみそ汁	油あげ とうふ みそ	牛乳 わかめ ししゃも しらす	こまつな にんじん	もやし 梅 たまねぎ	米 さとう	油
18	水	鉄ちゃんの日 丸型横切りパン 【対応食:ごはん】	牛乳	レバー入りハンバーグソースかけ ほうれんそうのソテー パンブキン豆乳ポタージュ	ベーコン ぶた肉 豆乳 ぶたレバー 米粉 だいず	牛乳	ほうれんそう にんじん パセリ かぼちゃ	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン パン粉 さとう でんぷん	油
19	木	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめほし	牛乳	ほんもろこのカレーあげ 赤こんにゃくのおかか煮 ゆばのすまし汁	かつおぶし ゆば 焼きかまぼこ	牛乳 ほんもろこ	にんじん	うめほし 忍ねぎ 干しいたけ たまねぎ	米 さとう でんぷん こんにゃく 赤こんにゃく	油
20	金	黒糖パン 【対応食:ごはん】	牛乳	グラタン ツナサラダ ミネストローネ	まぐろ おから とり肉 豆乳 だいず	牛乳	にんじん トマト パセリ ほうれんそう	キャベツ たまねぎ とうもろこし	黒糖パン じゃがいも 皇米粉マカロニ 米粉 さとう 水あめ でんぷん	ノック マネース 油
23	月	ごはん	飲むヨーグルト	ウインナー(小2こ 中3こ) 海そうサラダ カレー	ウインナー ぶた肉 こんぶ 赤つまた 茸わかめ わかめ	飲むヨーグルト ふのり	にんじん	だいこん しょうが たまねぎ にんにく	米 じゃがいも 米粉	油 和風ドレッシング
<b>◆ ◆ ◆ 全国学校給食週間(24日～30日) ◆ ◆ ◆</b>										
24	火	甲賀市産をあじわおう ごはん	牛乳	さわらのお茶あげ 甲賀市産だいずのなっとう 甲賀ふるさと汁	さわら なっとう とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	茶 はくさい たまねぎ	米 でんぷん	油
25	水	リクエスト献立 あげパン 【対応食:ごはん】	牛乳	ブロッコリーととりのサラダ ウインナーのポトフ 小魚	とり肉 ウインナー	牛乳 いわし	ブロッコリー にんじん	とうもろこし キャベツ れんこん ごぼう	パン だいこん さとう じゃがいも	油 和風ドレッシング
26	木	滋賀の食文化財 アメノイオごはん	牛乳	ほんもろこのつくだ煮 日野菜漬けあえ 打ち豆汁	びわます うち豆 油あげ みそ	牛乳 こんぶ 寒天 ほんもろこ	にんじん ねぎ	干しいたけ ひのな だいこん	米 さとう さつまいも 里いも	
27	金	滋賀県産をあじわおう ごはん	牛乳	ココロ厚あげのみそあんかけ 滋賀県産こまつなのおかかあえ 近江牛すじ肉じゃが	厚あげ 近江牛すじ みそ かつおぶし	牛乳	こまつな にんじん さやいんげん	もやし たまねぎ	米 赤こんにゃく さとう じゃがいも 米粉	油
30	月	近江とりをあじわおう ごはん	牛乳	近江どりのからあげ(小2こ 中2こ) 忍忍にんじんのレモンあえ ぶた汁	ぶた肉 近江どり とうふ まぐろ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	しょうが だいこん たまねぎ しめじ レモン	米 さつまいも でんぷん ごぼう さとう	油
31	火	ごはん	コーヒー牛乳	オムレツ (対応食:ぶた肉とたまねぎのいため物) キャベツのしそあえ ハヤシライスソース	たまご (ぶた肉) 牛肉	コーヒー牛乳	にんじん 赤しそ	たまねぎ もやし にんにく (しょうが) キャベツ マッシュルーム	米 さとう でんぷん	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。  
\*米飯工場のごはんは、16日、23日、30日です。

◎給食の放射線測定は、不検出でした。(～12月4日)

年中行事には、昔から食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいますが、行事食は、もともとは神仏に供えて、その後、供え物を下げていただくもの(直会)でした。行事食を食べて1年を健康にすごしましょう。



おそう煮



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。  
1月の口座振替日は26日(木)です。