



令和5年1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	
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	ごはん	飲むヨーグルト	チキンナゲット(小2こ、中3こ) 海そうサラダ カレー	とり肉 だいた ぶた肉 こんぶ 赤つのまた 星わかめ 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 てんぷん じゃがいも 米粉	油 青じそ ドレッシング	
12	木	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 てんぷん じゃがいも	油	
13	金	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 厚揚げ 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 こんにやく さつまいも さとう 米粉	油	
16	月	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 てんぷん さとう	油	
17	火	かみかみ献立 中華めん 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	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 だいた	飲むヨーグルト 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 てんぷん さとう 小麦粉 春雨	油 豚脂	
18	水	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 芽ひじき しらす	にんじん 広島菜 京菜 だいこん葉	干しいたけ みかん	米 里いも さとう こんにやく てんぷん		
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	ほんもろこのカレーあげ 赤こんにやくのおかか煮 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	うめぼし 忍ねぎ 干しいたけ たまねぎ	米 さとう てんぷん こんにやく 赤こんにやく	油	
20	金	ごはん 液体コーヒー	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	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 液体コーヒー さとう てんぷん	油	
23	月	鉄ちゃんの日 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 大根のみそ汁	ぶたレバー ぶた肉 みそ 油あげ だいた	牛乳	ほうれんそう にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ だいこん	米 パン粉 さとう てんぷん	油	
◆ ◆ ◆ 全国学校給食週間(24日～30日) ◆ ◆ ◆											
24	火	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 だいこん キャベツ たまねぎ れんこん ごぼう	パン さとう じゃがいも	油 ルツグ ドレッシング	
25	水	近江どりをあじわおう 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 ごぼう	米 さつまいも てんぷん さとう	油	
26	木	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	厚揚げ 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 赤こんにやく さとう じゃがいも 米粉		
27	金	滋賀の食文化財 アメノイオごはん	牛乳	ほんもろこのつくた煮 日野菜漬けあえ 打ち豆汁	ひわます 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 ごぼう だいこん	米 さとう さつまいも 里いも		
30	月	甲賀市産をあじわおう ごはん	牛乳	さわらのお茶あげ 甲賀市産大豆のなっとう 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 てんぷん	油	
31	火	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 ベーコン 豆乳 だいた	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 星米粉マカロニ 米粉 さとう 水あめ てんぷん	ノリ マヨネーズ 油	

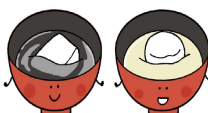
*ソフトメン・中華めん・近江うどんの製造工場では、そばを含む製品を製造しています。
 *使用食材などご質問があれば、学校給食センターまで、お問い合わせください。
 *材料の都合により献立の一部を変更することがあります。

◎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、もともと神仏に供えて、その後、供え物を下げている(直会)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。