



令和5年3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
1	水	かみかみ献立 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 いそどり豆のトマトスープ煮 一食小魚	ウインナー とり肉 黄だいず 青だいず 手亡豆 金時豆	牛乳 いわし	にんじん トマト ブロッコリー	えだ豆 キャベツ とうもろこし たまねぎ	パン さとう	油 フレンチ ドレッシング
2	木	ごはん	牛乳	グラタン だいこんのサラダ カレー	ぶた肉 おから だいず 豆乳	牛乳	にんじん ほうれんそう	だいこん にんにく とうもろこし しょうが たまねぎ	米 水あめ じゃがいも 米粉 でんぷん さとう	油 和風 ドレッシング
3	金	ひなまつり献立 ちらし寿司 ひしもち	飲むヨーグルト	花形とうふハンバーグたれかけ 菜の花のおかかあえ お花かまぼこのすまし汁	とうふ とり肉 かつおぶし おから ちらしかまぼこ だいず	飲むヨーグルト	にんじん ねぎ なのほな	えのきたけ キャベツ たまねぎ 干しいたけ たけのこ れんこん かんぴょう	米 ひしもち さとう	油
6	月	食育の日・朝宮小6年考案献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	ちくわの朝宮茶天ぷら ひじきのツナサラダ だしにこだわった具だくさんみそ汁	ちくわ みそ まくろ とり肉	牛乳 ひじき	にんじん ねぎ	うめぼし とうもろこし 茶 たまねぎ ごぼう しめじ	米 米粉 さとう じゃがいも	油 ノンエッグ マヨネーズ
7	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) 切り干しだいこんの焼きそば とうふのみそ汁	ぶた肉 みそ かつおぶし とうふ 油あげ	牛乳 ししゃも	にんじん ねぎ	切り干しだいこん キャベツ しめじ たまねぎ	米	油
8	水	うすまきパン 【対応食:ごはん】	牛乳	とんかつ 液体ココア キャベツのサラダ コンソメスープ	ぶた肉 とり肉	牛乳	こまつな 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 液体ココア じゃがいも 小麦粉 でんぷん パン粉	油 青じそ ドレッシング
9	木	ごはん	牛乳	しゅうまい(小2こ 中3こ) 焼きビーフン 肉だんごの中華スープ	とり肉 だいず ぶた肉	牛乳	にんじん にら ねぎ	キャベツ 干しいたけ たけのこ しょうが たまねぎ にんにく	米 さとう 水あめ ビーフン 小麦粉 パン粉 でんぷん	油 豚脂
10	金	ソフトめん 【対応食:ごはん】	牛乳	野菜かきあげ かんぴょうとキャベツのかみかみあえ カレーうどん汁	とり肉 まくろ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ しゅんぎく	かんぴょう たまねぎ キャベツ	ソフトめん 小麦粉 さとう	油
13	月	ごはん	牛乳	とりのからあげ(小2こ 中2こ) 花野菜の梅あえ 肉じゃが	とり肉 牛肉	牛乳	ブロッコリー さやいんげん にんじん	カリフラワー うめ しょうが たまねぎ	米 でんぷん さとう じゃがいも 糸こんにゃく	油
14	火	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	さばの塩焼き きんぴらごぼう きのこのすまし汁	さば 牛肉 焼きかまぼこ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう しめじ えのきたけ たまねぎ	米 赤こんにゃく さとう	油
15	水	鉄ちゃんの日 丸型横切りパン 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	レバー入りハンバーグソースかけ ひじきと大豆のサラダ こまつなのスープ	ぶたレバー ぶた肉 だいず とり肉	飲むヨーグルト	にんじん こまつな ひじき	たまねぎ たまねぎ	パン さとう パン粉 でんぷん	ノンエッグ マヨネーズ
16	木	ごはん	牛乳	ウインナー(小2こ 中3こ) キャベツのコールスロー ハヤシライスソース	ウインナー 牛肉	牛乳	にんじん キャベツ しめじ たまねぎ にんにく	キャベツ しめじ たまねぎ にんにく	米 パン粉	油 フレンチ ドレッシング
17	金	全国あじめぐり~富山県~ ごはん	牛乳	ますの塩焼き おすわい いとこ煮	ます 厚あげ あずき みそ	牛乳 ひじき	にんじん かぼちゃ	だいこん ごぼう	米 こんにゃく さとう さといも	油
20	月	ごはん	牛乳	とりの照り焼き ほうれん草とにんじんとじゃこのナムル だいこんのみそ汁	とり肉 みそ	牛乳 ちりめんじゃこ	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが しめじ もやし たまねぎ だいこん	米 さとう	ごま油
22	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 だいこんとこまつなのサラダ キャベツのスープ煮	フランクフルト ベーコン	牛乳	こまつな にんじん さやいんげん	だいこん キャベツ たまねぎ	パン でんぷん さとう	和風 ドレッシング
23	木	キャロットピラフ	飲むヨーグルト	米粉チキンカツ 米粉のシチュー いちごゼリー	とり肉 だいず ぶた肉	飲むヨーグルト	ブロッコリー にんじん 赤ピーマン	たまねぎ しめじ とうもろこし	米 いちごゼリー じゃがいも 米粉 でんぷん さとう	油

*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、6日、13日、20日です。

*下線がついているものは、冷たいおかずです。

◎給食の放射線測定は、不検出でした。(～2月24日)

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。

3月3日はひな祭り

ひな祭りは、女の子の成長を祝う年中行事で、桃の節句ともいわれています。もともとは、貴族の子どもの間で行われていた「ひいな遊び」と中国から伝わった上白のおはらい(自分の身がわりとして、けがれを移した紙の人形を川に流す風習)が結びついたものです。ひな祭りには、華もちや、ひしもち、はまぐりのお吸い物などを食べる風習があります。

