



令和5年 6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	
1	木	鉄ちゃんの日 パン いちごジャム 【対応食: ごはん】	ヨーグルト	とりとレバーのオーロラ煮 ほうれん草のサラダ カレースープ	とり肉 とりレバー ベーコン てぼう豆 黄だいず 青だいず きんとき豆	飲むヨーグルト	ほうれんそう にんじん トマト	キャベツ たまねぎ	パン いちごジャム でんぷん さとう じゃがいも	油 イタリアン ドレッシング
2	金	ごはん	牛乳	ハンバーグ照り焼きソースかけ ひじきの煮物 じゃがいものみそ汁	とり肉 だいず ぶた肉 ちくわ 油あげ みそ	牛乳 ひじき	さやいんげん にんじん ねぎ トマト	たまねぎ にんにく しょうが	米 さとう でんぷん じゃがいも	豚脂
5	月	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 こまつなのあえ物 とうふのすまし汁	いわし とり肉 とうふ	牛乳	こまつな にんじん ねぎ	もやし たまねぎ えのきたけ しょうが	米 さとう でんぷん	
6	火	ごはん	牛乳	チキンナゲット(小2こ 中3こ) ごぼうサラダ ハヤシライスソース	とり肉 だいず まぐろ 牛肉	牛乳	にんじん	ごぼう とうもろこし たまねぎ にんにく マッシュルーム	米 さとう でんぷん パン粉 小麦粉 コーンスターチ	油 豚脂 ノンエッグ マヨネーズ
7	水	ファイバーくんの日 発芽玄米入りごはん 液体ココア	牛乳	とうふハンバーグソースかけ れんこんのきんぴら わかめのすまし汁	だいず とり肉 とうふ 牛肉 焼きかまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん	れんこん たまねぎ	米 発芽玄米 液体ココア こんにゃく さとう でんぷん	油 豚脂
8	木	黒糖パン 【対応食: ごはん】	牛乳	ポテトコロッケ たまねぎとハムのドレッシングあえ いりとう豆のトマトスープ	ぶた肉 てぼう豆 ハム とり肉 黄だいず 青だいず きんとき豆	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ えだ豆	黒糖パン じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米粉	油 フレンチ ドレッシング
9	金	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ(小2こ 中3こ) もやしのナムル マーボーとうふ	ぶた肉 だいず とうふ 赤みそ みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん ねぎ なら	もやし たまねぎ 干しいたけ しょうが にんにく キャベツ しいたけ	米 さとう でんぷん パン粉 小麦粉 水あめ	油 豚脂 ごま ごま油
12	月	ごはん	牛乳	焼きししゃも(小2尾 中2尾) キャベツのこんぶあえ 肉じゃが	牛肉	牛乳 ししゃも こんぶ	にんじん	キャベツ たまねぎ グリーンピース	米 こんにゃく じゃがいも さとう	油
13	火	ごはん	牛乳	いかのたれかけ さやいんげんのおかかあえ ぶた汁	いか かつおぶし ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ ごぼう	米 でんぷん こんにゃく	
14	水	かみかみ献立 ごはん	牛乳	ちくわの米粉天ぷら きゅうりのごま酢あえ ちくぜん煮	ちくわ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	きゅうり たけのこ れんこん 干しいたけ ごぼう	米 さとう さといも 米粉 こんにゃく	油 ごま油 ごま
15	木	うすまきパン 【対応食: ごはん】	牛乳	チキンハーフ焼き 粉ふきいも コンソメスープ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ しめじ	パン じゃがいも	油
16	金	ごはん	牛乳	さばの塩焼き きんぴらごぼう しいたけのすまし汁	さば 牛肉 焼きかまぼこ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう たまねぎ しいたけ	米 さとう	油
19	月	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 滋賀県産大豆の五目豆煮 甲賀ふるさと汁	だいず とり肉 油あげ みそ	牛乳 こあゆ	にんじん ねぎ	うめぼし 茶 干しいたけ キャベツ たまねぎ	米 でんぷん 赤こんにゃく じゃがいも さとう	油
20	火	中華めん 【対応食: ごはん】	牛乳	しゅうまい(小2こ 中3こ) ほうれん草のナムル ラーメンスープ	ぶた肉 なたと	牛乳	ほうれんそう にんじん ねぎ	もやし キャベツ たまねぎ しょうが	中華めん さとう パン粉 小麦粉 でんぷん 水あめ	ごま油 ごま
21	水	ごはん	牛乳	ウインナー(小2本 中3本) 海そうサラダ カレー	ウインナー ぶた肉 こんにゃく 聖わかめ 白杉のり 赤つのまた	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん たまねぎ にんにく しょうが	米 じゃがいも 米粉	和風 ドレッシング
22	木	夏至献立 ココアパン 【対応食: ごはん】	牛乳	たこナゲット(小2こ 中3こ) たてスナップえんどう ノンエッグマヨネーズ(1食用) ミネストローネ	たこ いか たちうお とり肉 だいず	牛乳	スナップえんどう にんじん トマト パセリ	たまねぎ	ココアパン じゃがいも さとう でんぷん 小麦粉	ノンエッグ マヨネーズ 油 豚脂
23	金	ごはん	牛乳	さけの焼き漬け ほうれん草のおかかあえ とりじゃが	さけ かつおぶし とり肉	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし たまねぎ グリーンピース	米 じゃがいも さとう でんぷん こんにゃく	油
26	月	ごはん 液体コーヒー	牛乳	あじフライ 切り干しだいこんの煮物 ごぼうのみそ汁	あじ 油あげ みそ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	切り干しだいこん ごぼう しめじ 干しいたけ たまねぎ	米 コーンスターチ でんぷん 米/パン粉 さとう 液体コーヒー	油
27	火	ごはん	牛乳	ショーロンボウ(小2こ 中3こ) はるさめときゅうりの中華あえ 八宝菜	ぶた肉 とり肉 ハム いか なたと	牛乳	にんじん チンゲンサイ	きゅうり キャベツ たまねぎ 黒きくらげ しょうが	米 えんどうはるさめ さとう 小麦粉 でんぷん パン粉	ごま油 油
28	水	全国味めぐり 五目ごはん ～岐阜県～	牛乳	けいちゃん焼き すったて汁 夏みかんゼリー	とり肉 白みそ 牛肉 だいず みそ 油あげ	牛乳	ねぎ にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく ごぼう たけのこ 干しいたけ	米 こんにゃく でんぷん さとう 小麦 夏みかんゼリー	油
29	木	丸型横切りパン 【対応食: ごはん】	ヨーグルト	とんかつ キャベツのカレーソテー コーンスープ	ぶた肉 とり肉	飲むヨーグルト	にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン でんぷん さとう パン粉 小麦粉	油
30	金	ごはん	牛乳	白身魚フライ 高野とうふのふくめ煮 きのこのすまし汁	ホキ 高野とうふ 焼きかまぼこ	牛乳 こんぶ	にんじん さやいんげん ねぎ	干しいたけ たまねぎ しめじ えのきたけ	米 さとう パン粉 小麦粉 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。
 *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。
 *放射線測定結果は不検出です。



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。6月の口座振替日は 26日(月)です。