



令和6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	金	ひなまつり献立 ちらし寿司	牛乳	花形とうふハンバーグたれかけ 菜の花のおかかあえ 花かまぼこのすまし汁	かつおぶし だいず とり肉 とうふ おから ちらしかまぼこ（うめ）	牛乳	なのはな にんじん ねぎ	キャベツ たけのこ しょうが たまねぎ れんこん 干しいたけ えのきたけ かんぴょう にんにく	米 さとう でんぶん	油			
4	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） ブロッコリーのあえもの とりじゃが	とり肉	牛乳 ししゃも	ブロッコリー にんじん さやいんげん	たまねぎ	米 さとう じゃがいも こんにゃく	和風ドレッシング			
全国あじめぐり～福井県～						牛乳	ソースカツ 長寿なます めかぶのすまし汁	ぶた肉 とうふ 油あげ 焼きかまぼこ みそ	牛乳 めかぶわかめ	にんじん だいこん たまねぎ えのきたけ	米 パン粉 小麦粉 さとう 水あめ でんぶん	油 ごま	
6	水	黒糖パン 【対応食:ごはん】	牛乳	グラタン（野菜） ツナサラダ ミネストローネ	まぐろ だいず ベーコン 豆乳 おから	牛乳	ほうれんそう にんじん トマト パセリ	キャベツ たまねぎ とうもろこし	黒糖パン じゃがいも さとう 米粉 水あめ 黒米粉マカロニ でんぶん	ノンエッグ マヨネーズ 油			
7	木	鉄ちゃんの日 ごはん	牛乳	いわしのしょうが煮 ひじきとうの花の煮つけ こまつなのすまし汁	おから とり肉	牛乳 いわし ひじき	にんじん ねぎ こまつな	しょうが たまねぎ えのきたけ	米 でんぶん さつまいも さとう				
8	金	中華めん 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	とりのからあげ（小2こ 中2こ） ほうれんそうのナムル キムチラーメンスープ	とり肉 ぶた肉	飲むヨーグルトミニ	ほうれんそう にんじん にら	しょうが えのきたけ もやし たまねぎ はくさいキムチ	中華めん でんぶん さとう	油 ごま油 ごま			
11	月	ごはん	飲むヨーグルト	ウインナー（小2こ 中3こ） だいこんのサラダ カレー	ウインナー ぶた肉	飲むヨーグルト	にんじん だいこん にんにく とうもろこし しょうが たまねぎ いちご（中3）	米 じゃがいも 米粉	和風ドレッシング				
12	火	ファイバーくんの日 ごはん	牛乳	さばのおろしソース 切り干しだいこんの煮物 ぶた汁	さば さつまあげ ぶた肉 みそ	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	だいこん 切り干しだいこん ごぼう しめじ	米 さとう さつまいも	油			
13	水	パン 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	メンチカツ キャベツのカレーソテー コーンスープ	とり肉 ぶた肉 だいず	飲むヨーグルトミニ	にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン パン粉 さとう 小麦粉 でんぶん	油			
14	木	かみかみ献立 ごはん	牛乳	キャベツ平つくねソースかけ れんこんの炒め物 きのこことわかめのみそ汁	ぶた肉 とり肉 油あげ えんどう豆 みそ かつおぶし	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ にんにく れんこん しょうが たまねぎ しめじ えのきたけ	米 でんぶん さとう	油 豚脂			
15	金	パン 【対応食:ごはん】 液体ココア	牛乳	肉団子のケチャップ煮（小2こ 中2こ） 花野菜のサラダ コンソメスープ	とり肉 ベーコン だいず	牛乳	ブロッコリー にんじん トマト さやいんげん	カリフラワー にんにく たまねぎ しょうが しめじ	パン さとう 液体ココア でんぶん じゃがいも	イタリアン ドレッシング 豚脂 油			
18	月	ごはん	飲むヨーグルト	チキンナゲット（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	とり肉 ぶた肉 だいず	飲むヨーグルト	にんじん	キャベツ にんにく いちご（小6） とうもろこし しめじ たまねぎ グリンピース	米 でんぶん パン粉 小麦粉	油 フレンチ ドレッシング 豚脂			
食育の日・ふるさと献立						牛乳	びわ湖産ほんもろこのお茶あげ こまつなのごまあえ 甲賀ふるさと汁	みそ	牛乳 ほんもろこ	こまつな にんじん ねぎ	茶 たまねぎ もやし うめぼし キャベツ	米 じゃがいも でんぶん	油 ごま
21	木	キャロットピラフ	飲むヨーグルト	ハンバーグソースかけ 春野菜のポトフ 甲賀市産いちご	ぶた肉 とり肉 だいず	飲むヨーグルト	にんじん トマト 赤ピーマン アスパラガス	セロリ にんにく キャベツ たまねぎ いちご とうもろこし しょうが	米 じゃがいも さとう でんぶん	油 豚脂			

*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。

*こんにゃくは5群ですが、エネルギーにはなりません。

*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。

*米飯工場のごはんは、4日、11、18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 21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。

1日3食 望ましい食生活を

糖分や脂分、塩分をとりすぎる生活を続けていると、生活習慣病になりやすくなります。1日3食を規則正しく食べ、主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスのよい食事を心がけましょう。

