



令和6年3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 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 えのきだけ かんぴょう にんにく	米 でんぷん さとう	油
4	月	全国あじめぐり～福井県～ ごはん	飲むヨーグルトミニ	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	飲むヨーグルトミニ めかぶわかめ	にんじん	だいこん たまねぎ えのきだけ	米 パン粉 小麦粉 さとう でんぷん 水あめ	油 ごま
5	火	黒糖パン 【対応食:ごはん】	牛乳	白身魚フライ キャベツのカレーソテー コーンスープ	とり肉 ホキ だいず	牛乳	にんじん	キャベツ とうもろこし たまねぎ	黒糖パン パン粉 小麦粉 でんぷん	油
6	水	希望ヶ丘小6年考案 ごはん	牛乳	ハンバーグ和風きのこソース キャベツのコールスロー とん汁	とり肉 ぶた肉 とうふ みそ だいず	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ えのきだけ とうもろこし にんにく しょうが	米 さとう でんぷん じゃがいも	フレンチドレッシング 豚脂
7	木	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 だいず ベーコン	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 でんぷん じゃがいも	イタリアンドレッシング 油 豚脂
8	金	希望ヶ丘小6年考案 ごはん	牛乳	とりのからあげ（小2こ 中2こ） ほうれんそうとにんじんのおかかあえ わかめとたまねぎのみそ汁	とり肉 かつおぶし 油あげ みそ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	しょうが もやし たまねぎ しめじ	米 でんぷん じゃがいも	油
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 米粉 じゃがいも	和風ドレッシング
12	火	パン 【対応食:ごはん】 みかんジャム	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	パン みかんジャム でんぷん さとう じゃがいも 米粉 重米粉マカロニ 水あめ	ノンエッグマヨネーズ 油
13	水	希望ヶ丘小6年考案 ごはん	牛乳	チキンの照り焼き こまつなの梅あえ わかめととうふのみそ汁	とり肉 とうふ みそ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	しょうが もやし うめ たまねぎ	米 さとう でんぷん	
14	木	中華めん 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルトミニ	春巻き ほうれんそうのナムル キムチラーメンスープ	だいず ぶた肉	飲むヨーグルトミニ	にんじん にら ほうれんそう	キャベツ たまねぎ もやし 干しいたけ にんにく しょうが はくさいキムチ えのきだけ	中華めん はるさめ でんぷん さとう 小麦粉	豚脂 油 ごま油 ごま
15	金	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 じゃがいも こんにゃく さとう	和風ドレッシング
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） キャベツのサラダ 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	こまつな にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく とうもろこし しめじ グリーンピース いちご（小6）	米 でんぷん パン粉 小麦粉	油 豚脂 イタリアンドレッシング
19	火	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	びわ湖産ほんもろこのお茶あげ こまつなごまあえ 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 キャベツ もやし うめぼし	米 でんぷん じゃがいも	油 ごま
21	木	キャロットピラフ	飲むヨーグルト	ハンバーグソースがけ 甲賀市産いちご 春野菜のボトフ	とり肉 ぶた肉 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 しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし いちご	米 じゃがいも さとう でんぷん	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。

*使用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。

◎現在のところ、給食の放射線測定は、不検出でした。

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
お支払いいただきますようお願いいたします。

1日3食 望ましい食生活を

糖分や脂質、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。

