



令和6年10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 | 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) こまつなと切り干しだいこんのサラダ とうふのみそ汁 | とり肉 とうふ 油あげ | 牛乳 ししゃも | こまつな にんじん ねぎ | 切り干しだいこん しめじ たまねぎ | 米 | 油 和風ドレッシング |
| 2 | 水 | うすまきパン 【対応食: ごはん】 | 牛乳 | ハムカツ キャベツのカレーソテー ミネストローネ | とり肉 ベーコン だいず | 牛乳 | にんじん トマト パセリ | キャベツ たまねぎ しめじ | パン さとう でんぷん じゃがいも 米粉 星米粉マカロニ | 油 |
| 3 | 木 | ごはん | 牛乳 | 味つき肉団子(小2こ 中3こ) さつまいもと豆のサラダ かまぼこのすまし汁 | だいず 焼きかまぼこ とり肉 | 牛乳 わかめ | にんじん | えだまめ えのきたけ とうもろこし にんにく たまねぎ しょうが | 米 でんぷん さつまいも さとう | ノイック マネース 豚脂 油 |
| 4 | 金 | ごはん | 飲むヨーグルト | あげきょうざ(小2こ 中3こ) もやしナムル キムチスープ | ぶた肉 とうふ みそ だいず | 飲むヨーグルト | にんじん にら ねぎ | もやし しめじ しいたけ たまねぎ キャベツ 白菜キムチ にんにく しょうが | 米 パン粉 さとう 小麦粉 水あめ | 油 ごま油 豚脂 |
| 7 | 月 | ごはん | 牛乳 | ハンバーグ和風ソースがけ キャベツのツナこんぶあえ ぶた汁 | ぶた肉 とり肉 みそ まぐろ | 牛乳 こんぶ | にんじん ねぎ | キャベツ しめじ だいこん たまねぎ ごぼう | 米 さつまいも さとう じゃがいも でんぷん | 豚脂 |
| 8 | 火 | 全国味めぐり わかめごはん ～香川県～ | 牛乳 | さわらの照り焼き 打ち込み汁 レモンゼリー | さわら 白みそ とり肉 みそ 油あげ | 牛乳 わかめ | にんじん ねぎ | だいこん しいたけ | 米 うどん さとう さといも でんぷん レモンゼリー | |
| 9 | 水 | かみかみ献立 黒糖パン 【対応食: ごはん】 | 飲むヨーグルト | 米粉チキンカツ 切り干しだいこんのやきそば 根菜のスープ | とり肉 だいず ぶた肉 かつおぶし | 飲むヨーグルトミニ | にんじん さやいんげん | 切り干しだいこん キャベツ ごぼう たまねぎ れんこん | 黒糖パン 米粉 じゃがいも でんぷん さとう | 油 |
| 10 | 木 | 目の愛護デー ごはん | 牛乳 | さけのみそがけ かぼちゃのいとこ煮 ほうれんそうのすまし汁 | さけ 焼きかまぼこ みそ とり肉 小豆 | 牛乳 | かぼちゃ ほうれんそう にんじん | たまねぎ | 米 さとう でんぷん | 油 |
| 11 | 金 | ソフトめん 【対応食: ごはん】 | 飲むヨーグルト | 野菜かきあげ さやいんげんのおかかあえ カレーうどん汁 | かつおぶし だいず とり肉 油あげ | 飲むヨーグルト | さやいんげん にんじん ねぎ しゅんぎく | たまねぎ ごぼう | ソフトめん でんぷん 小麦粉 | 油 |
| 15 | 火 | ファイバーちゃんの日 ごはん | 牛乳 | キャベツ平つくねソースがけ れんこんの炒め物 きのこわかめのみそ汁 | 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 | れんこん しめじ キャベツ たまねぎ えのきたけ にんにく しょうが | 米 さとう でんぷん | 油 豚脂 |
| 16 | 水 | パン いちごジャム 【対応食: ごはん】 | 牛乳 | グラタン(トマト) ブロッコリーのフレンチサラダ コーン豆乳ポタージュ | とり肉 だいず 豆乳 おから | 牛乳 | にんじん パセリ トマト ブロッコリー | たまねぎ にんにく とうもろこし なす | パン じゃがいも でんぷん いちごジャム 水あめ 米粉 りんご さとう | フルシロド レッパグ 油 |
| 17 | 木 | 食育の日★ふるさと献立 ☆みやまえごはん 甲南町のうめぼし | 牛乳 | びわこ産わかさぎのお茶あげ キャベツとりのあえも 甲賀ふるさと汁 | とり肉 とうふ みそ 油あげ | 牛乳 わかさぎ | にんじん ねぎ | 茶 たまねぎ キャベツ しいたけ きゅうり うめぼし | 米 でんぷん さとう | 油 |
| 18 | 金 | ごはん | 牛乳 | とうふハンバーグおろしソース ほうれんそうのごまあえ つみれ汁 | とうふ とり肉 たら だいず | 牛乳 いわし | ほうれんそう にんじん ねぎ | だいこん たまねぎ もやし しょうが えのきたけ | 米 さとう でんぷん | ごま 豚脂 油 |
| 21 | 月 | 鉄ちゃんの日 ごはん | 牛乳 | いわしのしょうが煮 きんぴらごぼう こまつなのすまし汁 | 牛肉 とり肉 | 牛乳 いわし | こまつな にんじん | ごぼう しょうが たまねぎ えのきたけ | 米 でんぷん 赤こんにゃく さとう | ごま ごま油 油 |
| 22 | 火 | ごはん | 牛乳 | コロコロ中華ポテト もやしのパンサンスー 八宝湯 | ハム ぶた肉 | 牛乳 | にんじん チンゲンサイ | もやし 干しいたけ キャベツ たまねぎ | 米 でんぷん さつまいも さとう | 油 ごま油 |
| 23 | 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がけ ツナサラダ コンソメスープ | フランクフルト まぐろ ベーコン | 牛乳 | にんじん さやいんげん | キャベツ しめじ たまねぎ とうもろこし | パン じゃがいも さとう でんぷん | ノイック マネース |
| 24 | 木 | ごはん | 牛乳 | さばの塩焼き 切り干しだいこんの煮物 わかめととうふのみそ汁 | さば とうふ ちくわ みそ 油あげ | 牛乳 わかめ | にんじん さやいんげん | 切り干しだいこん たまねぎ | 米 さとう | |
| 25 | 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炒め物】 ほうれんそうのサラダ カレー | たまご (ぶた肉) 牛肉 | 牛乳 | ほうれんそう にんじん | キャベツ たまねぎ にんにく しょうが | 米 さとう じゃがいも でんぷん 米粉 液体コーヒー | 油 イリアド レッパグ |
| 28 | 月 | ごはん | 牛乳 | とりのからあげ(小2こ 中2こ) ホイコーロー 中華コーンスープ | とり肉 ベーコン ぶた肉 みそ 赤みそ | 牛乳 | にんじん ピーマン | しょうが たまねぎ キャベツ とうもろこし にんにく たけのこ | 米 でんぷん さとう | 油 |
| 29 | 火 | ごはん | 牛乳 | さわらのゆうあん焼き ひじきの煮物 みそけんちん汁 | さわら とり肉 ちくわ みそ 厚あげ | 牛乳 ひじき | さやいんげん にんじん ねぎ | ゆず ごぼう だいこん たまねぎ | 米 でんぷん さとう | 油 |
| 30 | 水 | パン 【対応食: ごはん】 液体ココア | 牛乳 | 白身魚フライ キャベツのコールスロー コロコロ野菜のスープ | ベーコン ホキ | 牛乳 | にんじん | キャベツ えだまめ たまねぎ とうもろこし | パン パン粉 液体ココア 小麦粉 じゃがいも でんぷん | 油 フルシロド レッパグ |
| 31 | 木 | ハロウィン献立 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 花野菜のサラダ かぼちゃの米粉シチュー | とり肉 だいず ぶた肉 | 飲むヨーグルト | ブロッコリー かぼちゃ 赤ピーマン にんじん | カリフラワー とうもろこし たまねぎ しめじ | 米 米粉 さとう じゃがいも でんぷん | イリアド レッパグ 油 豚脂 |

*ソフトめん・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、7日、21日、28日です。
*下線がついているものは、冷たいおかずです。◎9月の給食の放射線測定は、不検出でした。(～9月18日)
☆みやまえごはんとは、信楽町宮町の環境にこだわって作られた米を使用したごはんです。

※こんにゃくは5群ですが、エネルギーにはなりません。

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せうお願いいたします。
10月の口座振替日は28日(月)です。