



令和6年10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	火	ごはん	飲むヨーグルト	あげぎょうざ(小2こ 中3こ) もやしのナムル 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
2	水	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	
3	木	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 フレンチドレッシング
4	金	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
7	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) 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 みそ 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 さとう	油 和風ドレッシング
8	火	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 えのきだけ	米 さとう でんぷん	ごま 豚脂 油
9	水	ごはん	牛乳	ココロ中華ポテト 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
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 さとう	米 さとう でんぷん	油
11	金	ごはん	牛乳	ハンバーグ和風ソースかけ 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
15	火	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
16	水	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 キャベツととりのあえもの 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
17	木	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	フレンチドレッシング 油
18	金	ごはん	牛乳	味つき肉団子(小2こ 中2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 えのきだけ 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	ノンエッグ マヨネーズ 豚脂 油
21	月	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 えのきだけ にんにく しょうが	米 さとう でんぷん	油 豚脂
22	火	かみかみ献立 黒糖パン 【対応食: ごはん】	飲むヨーグルトミニ	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
23	水	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
24	木	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	ノンエッグ マヨネーズ
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 イタリアンドレッシング
28	月	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	
29	火	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
30	水	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 えのきだけ	米 でんぷん 赤こんにゃく さとう	ごま ごま油 油
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 かぼちゃの米粉のシチュー	とり肉 ぶた肉 だいず	飲むヨーグルト	ブロッコリー かぼちゃ にんじん 赤ピーマン	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	イタリアンドレッシング 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。(～9月20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。

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ますようお願いいたします。

10月の口座振替日は、28日(月)です。

発行日: 令和6年9月20日