令和６年11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	ごはん	牛乳	さんまの竜田あげ 海そうの青じそドレッシングあえ 肉じゃが	さんま 牛肉 茎わかめ　白杉のり	牛乳 わかめ　こんぶ 赤つのまた	にんじん さやいんげん	だいこん たまねぎ	米　さとう でんぷん　じゃがいも 糸こんにゃく	油 青じそドレッシング
5	火	ごはん	牛乳	さけの塩こうじ焼き きんぴらごぼう 秋の紅葉すまし汁	さけ　牛肉　とり肉 かまぼこ（もみじ） かまぼこ（いちょう）	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう　たまねぎ しいたけ	米　赤こんにゃく さとう	ごま ごま油
6	水	パン 【対応食：ごはん】 液体ココア	牛乳	米粉チキンカツ キャベツのサラダ キャロット豆乳スープ	とり肉 だいず　豆乳 まぐろ　ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ　たまねぎ	パン　液体ココア じゃがいも　米粉 でんぷん　さとう	油 イタリアンドレッシング
7	木	**カルちゃんの日** ごはん	牛乳	焼きししゃも（小２こ　中２こ） ひじきとだいずの煮物 切り干しだいこんのみそ汁	だいず　油あげ ぶた肉　みそ さつまあげ	牛乳 ししゃも ひじき	にんじん ねぎ	切り干しだいこん たまねぎ	米　さとう	
いい歯の日　かみかみ献立										
8	金	中華めん 【対応食：ごはん】	牛乳	あげぎょうざ（小２こ　中３こ） れんこんの中華あえ ラーメンスープ	ぶた肉　だいず みそ　なると ハム	牛乳	ねぎ　にら にんじん	キャベツ　たまねぎ にんにく　しょうが しいたけ　れんこん	中華めん　パン粉 さとう　小麦粉 水あめ	豚脂　油 中華ドレッシング
11	月	**ファイバーくんの日** ごはん	牛乳	厚あげのみそあんかけ もやしのごまあえ ちくぜん煮	厚あげ　みそ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	もやし　たけのこ れんこん　ごぼう 干ししいたけ	米　米粉 さといも　さとう こんにゃく	油 ごま
12	火	ごはん	牛乳	しゅうまい（小２こ　中３こ） 春雨のパンサンスー 八宝菜	ぶた肉 ハム なると	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ　しょうが キャベツ　はくさい 黒きくらげ	米　パン粉　でんぷん さとう　小麦粉 水あめ　えんどうはるさめ	ごま油
13	水	うずまきパン 【対応食：ごはん】	飲むヨーグルトミニ	かぼちゃのコロッケ ひじきとだいずのサラダ 秋の香り米粉シチュー	だいず まぐろ とり肉	飲むヨーグルトミニ ひじき	かぼちゃ にんじん ブロッコリー	たまねぎ　しめじ とうもろこし マッシュルーム	パン　パン粉　米粉 さとう　小麦粉 でんぷん　さつまいも	油 ノンエッグマヨネーズ
14	木	しそごはん	牛乳	いわしの紅葉煮 関東煮 近江米ムース	とり肉 魚肉すり身 ちくわ　豆乳	牛乳 いわし こんぶ	赤しそ にんじん	だいこん	米　さとう　水あめ でんぷん　さといも こんにゃく　米粉	油
15	金	**鉄ちゃんの日** ごはん	牛乳	とりとレバーのオーロラ煮 ほうれんそうのおひたし 干ししいたけのみそ汁	とり肉　みそ とりレバー 焼きかまぼこ	牛乳	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが　もやし たまねぎ 干ししいたけ	米　でんぷん さとう	油
18	月	ごはん 液体コーヒー	牛乳	ウインナー（小２こ　中３こ） だいこんサラダ カレー	ウインナー まぐろ ぶた肉	牛乳	にんじん	だいこん　れんこん たまねぎ　にんにく しょうが	米　液体コーヒー じゃがいも　米粉	和風ドレッシング
食育の日・ふるさと献立										
19	火	ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	ちくわのお茶米粉天ぷら こまつなのごまあえ 牛肉のじゅんじゅん	ちくわ 牛肉 焼きどうふ	牛乳	こまつな にんじん	うめぼし　茶 もやし　たまねぎ はくさい　白ねぎ	米　米粉 赤こんにゃく 丁字ふ　さとう	油 ごま
20	水	丸型横切りパン 【対応食：ごはん】	牛乳	ハンバーグソースがけ キャベツのカレーソテー コンソメスープ	とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ　キャベツ しめじ	パン　でんぷん じゃがいも さとう	豚脂 油
21	木	わかめごはん	牛乳	厚焼きたまご 【対応食：ぶた肉とたまねぎのいため物】 五目豆煮 つみれ汁	卵　（ぶた肉） だいず とり肉 たら	牛乳 わかめ いわし	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが 干ししいたけ えのきたけ	米　でんぷん さとう こんにゃく	油
22	金	**和食の日** ごはん	牛乳	さわらのこんぶだしのあんかけ はくさいのかつおだしの煮びたし さつまいもの煮干しだしのみそ汁	さわら 油あげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ　はくさい	米　さとう でんぷん さつまいも	油
25	月	ごはん	牛乳	さばの塩焼き キャベツのおかかあえ とりじゃが	さば かつおぶし とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ　もやし たまねぎ	米　さとう じゃがいも 糸こんにゃく	
26	火	ごはん	飲むヨーグルト	春巻き もやしのナムル マーボーどうふ	だいず とうふ　赤みそ ぶた肉　みそ	飲むヨーグルト	にんじん にら ねぎ	キャベツ　たまねぎ 干ししいたけ　しょうが　にんにく もやし　たけのこ	米　はるさめ でんぷん 小麦粉　さとう	豚脂 油 ごま油
27	水	パン いちごジャム 【対応食：ごはん】	牛乳	グラタン（とうもろこし） ブロッコリーのドレッシングあえ ミネストローネ	おから　豆乳 大豆粉 まぐろ　ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん トマト　パセリ	とうもろこし たまねぎ　キャベツ	パン　いちごジャム　米粉 じゃがいも　でんぷん　水あめ さとう　米粉マカロニ	油 フレンチドレッシング
全国味めぐり　～鹿児島県～										
28	木	ごはん	牛乳	桜島どり肉だんご さつまあげとこまつなのいため物 麦みそのぶた汁	とり肉　だいず さつまあげ　とうふ ぶた肉　麦みそ	牛乳	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ キャベツ　だいこん ごぼう　しめじ	米　さとう でんぷん　パン粉 さつまいも	油
29	金	たて切りパン 【対応食：ごはん】	牛乳	フランクフルトケチャップがけ かぼちゃのサラダ 冬野菜のポトフ	フランクフルト ハム　とり肉	牛乳	かぼちゃ にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり　だいこん れんこん　ごぼう	パン　さとう でんぷん じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ

※こんにゃくは５群ですが、エネルギーにはなりません。

＊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。
＊給食の放射線測定は不検出でした。（～10月18日）
＊米飯工場のごはんは、11、18、25日です。
＊下線がついているものは、冷たいおかずです。

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くださいますよう お願いします。
11月の口座振替日は11月26日(火)です。

発行日　令和6年　10月　18日　発行