



令和6年11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	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 まわかめ 白炒のり	牛乳 わかめ こんぶ 赤つのまだ	にんじん さやいんげん	だいこん たまねぎ	米 さとう でんぶん じゃがいも 糸こんにゃく	油 青じそ ドレッシング
5	火	うずまきパン 【対応食: ごはん】	牛乳	かぼちゃコロッケ 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 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 でんぶん さつまいも	油 ノンエッグ マヨネーズ
6	水	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 黒さくらげ	米 パン粉 でんぶん さとう 小麦粉 水あめ えんどうはるさめ	ごま油
7	木	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	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 でんぶん 水あめ さとう 米粉マカロニ	油 フレンチ ドレッシング
8	金	いい歯の日 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	油
11	月	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 でんぶん さといも こんにゃく 米粉	油
12	火	かみかみちゃんの日 中華めん 【対応食: ごはん】	牛乳	あげしょうぶ(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	パン粉 さとう 小麦粉 水あめ 中華めん	豚脂 油 中華 ドレッシング
13	水	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(いちよう)	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
14	木	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 パーコン	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 でんぶん さとう	油 イタリアン ドレッシング
15	金	ファイバーちゃんの日 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	ごま
18	月	ごはん	牛乳	春巻き もやしのナムル マーボー豆腐	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 でんぶん 小麦粉 さとう	豚脂 油 ごま油
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	ちくわのお茶米粉たぶら こまつなごまあえ 牛肉のじゅんじゅん	ちくわ 牛肉 焼き豆腐	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	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	たまご(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 えのきだけ	米 でんぶん さとう こんにゃく	油
21	木	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 でんぶん じゃがいも さとう	豚脂 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しの煮びたし さつまい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 でんぶん さつまいも	油
25	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
26	火	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 でんぶん さとう	油
27	水	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	油
28	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 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 でんぶん じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ
29	金	全国味めぐり ごはん ～鹿児島県～	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 でんぶん パン粉 さつまいも	油

※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。
- *給食の放射線測定は不検出でした。(～10月18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。

発行日 令和6年 10月 18日 発行