



令和7年2月 学校給食献立表

伊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
3	月	ごはん	牛乳	いわしのみぞれ煮 五目豆煮 おにかまぼこのすまし汁	だいず とり肉 鬼ちうしかまぼこ	牛乳 わかめ いわし	にんじん	干しいたけ たまねぎ だいこん えのきたけ	米 でんぶん こんにやく さとう	
4	火	ごはん 液体コーヒー	牛乳	フライドポテト ブロッコリーととりのサラダ ハヤシライスソース	とり肉 牛肉	牛乳	ブロッコリー にんじん	とうもろこし たまねぎ にんにく マッシュルーム	米 液体コーヒー じゃがいも	油 フレンチ ドレッシング
5	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かけ キャベツのカレーソーテー コンソメスープ	フランクフルト ベーコン	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ しめじ	パン じゃがいも さとう でんぶん	油
6	木	全国味めぐり わかめごはん ～福島県～	牛乳	さばの塩焼き いかにんじん ざくざく汁	さば するめいか とり肉 焼きどうふ	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	だいこん ごぼう	米 こんにやく さとう 里芋	
7	金	パン みかんジャム 【対応食：ごはん】	牛乳	ハンバーグ照り焼きソースかけ キャベツのコールスロー ミネストローネ	とり肉 ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん トマト パセリ	キャベツ とうもろこし たまねぎ しめじ	パン じゃがいも みかんジャム でんぶん さとう 星米粉マカロニ	豚脂 フレンチ ドレッシング
10	月	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 マーボーどうふ	みそ ハム 赤みそ ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ しょうが たまねぎ にんにく たけのこ	米 えんどうはるさめ さとう 小麦粉 パン粉 でんぶん 水あめ	ごま油 油
12	水	黒糖パン 【対応食：ごはん】	飲むヨーグルト	グラタン（野菜） ツナサラダ ボークビーンズ	まぐろ 豆乳 ぶた肉 おから だいず だいず粉	飲むヨーグルト	にんじん ほうれんそう	キャベツ にんにく たまねぎ とうもろこし	黒糖パン 米粉 じゃがいも 水あめ さとう でんぶん	ノンエッグ マヨネーズ 油
13	木	鉄ちゃんの日 ごはん	牛乳	にらまんじゅう（小2こ 中2こ） 赤身牛肉のチャブチェ キムチスープ	牛肉 だいず粉 ぶた肉 とうふ	牛乳	にら にんじん ねぎ	しょうが えだまめ キャベツ にんにく たまねぎ はくさいキムチ たけのこ しめじ 長ねぎ	米 小麦粉 でんぶん えんどうはるさめ さとう こんにやく粉	油 豚脂 ごま ごま油
14	金	中華めん 【対応食：ごはん】 液体ココア	牛乳	春巻き もやし中華和え ラーメンスープ	だいず ぶた肉 ハートかまぼこ	牛乳	にんじん ねぎ にら	もやし しょうが キャベツ にんにく たまねぎ 干しいたけ	中華めん でんぶん 液体ココア さとう はるさめ 小麦粉	中華 ドレッシング 豚脂 油
17	月	ごはん	牛乳	ウインナー（小2こ 中3こ） 海そうサラダ カレー	ウインナー 牛肉 まわかれ 赤つまた 白炒り こんぶ	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん たまねぎ にんにく しょうが	米 じゃがいも 米粉	和風 ドレッシング
18	火	かみかみちゃんの日 ごはん	牛乳	ぶた肉とごぼうのあげがらめ こまつな梅あえ だいこんのみそ汁 さつまいもチップス	ぶた肉 かつおぶし 油あげ みそ	牛乳	こまつな にんじん ねぎ	ごぼう もやし うめぼし だいこん	米 でんぶん さとう さつまいも	油
19	水	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町の梅干し	牛乳	厚揚げのみそあんかけ キャベツとかんぴょうのあえも 近江牛肉じゃが	厚揚げ みそ まぐろ 近江牛肉	牛乳	にんじん さやいんげん	うめぼし とうもろこし かんぴょう たまねぎ キャベツ	米 さとう 米粉 じゃがいも	油
20	木	ファイバーちゃんの日 ごはん	牛乳	白身魚フライ おから煮 きのこわかめのすまし汁	マホッケ とり肉 ちくわ だいず おから	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	しめじ えのきたけ たまねぎ	米 さつまいも パン粉 小麦粉 でんぶん さとう	油
21	金	忍者の日 黒かげごはん 味付けのり	甲賀のお茶	滋賀県産わかさぎのカリカリフライ 忍忍にんじんのレモンあえ 近江牛忍者なべ 忍忍ゼリー	まぐろ みそ 近江牛肉 たら さけ 手裏剣かまぼこ	のり わかさぎ	にんじん	たまねぎ 忍ねぎ レモン しいたけ はくさい しょうが だいこん にんにく	米 黒米 玄米粉 さとう 米粉 忍忍ゼリー じゃがいも でんぶん	油
25	火	ごはん	飲むヨーグルト	あげぎょうざ（小2こ 中3こ） ホイコーロー 中華コンソメスープ	ぶた肉 だいず とり肉 赤みそ みそ	飲むヨーグルト	にんじん ピーマン ねぎ にら	キャベツ たまねぎ しょうが とうもろこし にんにく たけのこ しいたけ	米 パン粉 さとう 小麦粉 でんぶん 水あめ	油 豚脂
26	水	パン いちごジャム 【対応食：ごはん】	牛乳	とうふハンバーグケチャップソースかけ ほうれんそうのサラダ 米粉のシチュー	とうふ とり肉 だいず	牛乳	ほうれんそう にんじん ブロッコリー	キャベツ たまねぎ しめじ	パン じゃがいも いちごジャム さとう でんぶん	油 豚脂 イタリアン ドレッシング
27	木	ごはん ふりかけ（おかか）	牛乳	厚焼きたまご 【対応食：豚肉とたまねぎの炒め物】 ひじきの煮つけ みそけんちん汁	たまご とり肉 （ぶた肉） さつまあげ みそ 厚揚げ かつおぶし	牛乳 ひじき のり	さやいんげん にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ（しょうが） ごぼう	米 赤こんにやく さとう でんぶん	油
28	金	朝宮小考案献立 うすまきパン 【対応食：ごはん】	牛乳	朝宮茶風味の米粉チキンカツ ブロッコリーのフレンチサラダ ゴロゴロ冬野菜のスープ	とり肉 ウインナー だいず	牛乳	ブロッコリー にんじん ほうれんそう	茶 たまねぎ だいこん	パン 米粉 じゃがいも でんぶん さとう	油 フレンチ ドレッシング

*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。

*米飯工場のごはんは、3、10、17日です。

*下線がついているものは、冷たいおかずです。

*使用食材などでご質問があれば、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。

※21日は甲賀のお茶が全員につきま。◎現在のところ、給食の放射線測定は、不検出でした。（～1月22日）

※こんにやくは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すようお願いいたします。2月の口座振替日は、26日（水）です。

発行日：令和7年1月22日