



令和7年3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
3	月	ひなまつり献立 ちらしずし	牛乳	花型とうふハンバーグたれかけ 菜の花のおかかあえ 花かまぼこのすまし汁 ひなあられ	とり肉 とうふ おから だいず かつおぶし ちらしかまぼこ（梅）	牛乳	にんじん なのはな みつば	たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ たまねぎ にんにく しょうが キャベツ しめじ	米 さとう でんぷん ひなあられ（うるち米）	油
4	火	丸型横切りパン 【対応食:ごはん】 液体ココア	牛乳	とんかつ キャベツのカレーソテー コーンスープ	ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン 液体ココア でんぷん さとう 小麦粉 パン粉	油
5	水	鉄ちゃんの日 ごはん	牛乳	さばの塩焼き ほうれんそうの梅あえ すき焼き風煮	さば 牛肉 焼きどうふ	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし うめ たまねぎ はくさい 葱ねぎ	米 こんにやく さとう でんぷん	
6	木	黒糖パン 【対応食:ごはん】	牛乳	グラタン（かぼちゃ） 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 だいず粉 パーコン	牛乳	かぼちゃ トマト ブロッコリー にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし しめじ	黒糖パン じゃがいも 米粉 さとう 水あめ でんぷん 米粉マカロニ	油 フレンチ ドレッシング
7	金	希望ヶ丘小6年考案 ごはん	牛乳	とりのから揚げ（小2こ 中2こ） ひじきのサラダ だいこんのみそ汁	とり肉 まぐろ 油あげ みそ	牛乳 ひじき わかめ	にんじん ねぎ	しょうが とうもろこし だいこん れんこん	米 でんぷん さとう	油 ノンエッグ マヨネーズ
10	月	ごはん	飲むヨーグルト	ウィンナー（小2こ 中3こ） 海そうサラダ カレー	ウィンナー 牛肉 わかめ 白杉のり 赤つのまた	飲むヨーグルト こんぶ	にんじん	もやし とうもろこし たまねぎ にんにく しょうが（いちご中3）	米 じゃがいも 米粉	和風 ドレッシング
11	火	カルちゃんの日 パン りんごジャム 【対応食:ごはん】	牛乳	ポロニアステーキ こまつなのサラダ コロコロ野菜のスープ	とり肉 ぶた肉 ウィンナー	牛乳	こまつな にんじん	もやし たまねぎ えだ豆	パン りんごジャム さとう じゃがいも さつまいも でんぷん	豚脂 油 イタリアン ドレッシング
12	水	希望ヶ丘小6年考案 ごはん	牛乳	メンチカツ ほうれんそうとじゃこのあえ物 おいしい米粉シチュー	ぶた肉 だいず かつおぶし とり肉	牛乳 ちりめん じゃこ	ほうれんそう にんじん	たまねぎ もやし	米 さとう 米粉 でんぷん パン粉 小麦粉 じゃがいも	油
13	木	希望ヶ丘小6年考案 わかめごはん	牛乳	さけの塩焼き ひじきの煮物 とん汁	さけ だいず 油あげ ぶた肉 みそ	牛乳 わかめ ひじき	にんじん ねぎ	れんこん だいこん	米 さとう	油
14	金	全国味めぐり ～兵庫県～ ごはん 液体コーヒー	牛乳	かれないのからあげ たこめしの具 かす汁	かれない たこ ちくわ 油あげ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう だいこん たまねぎ	米 液体コーヒー でんぷん さとう 里芋 酒かす	油
17	月	ごはん	牛乳	チキンナゲット（小2こ 中3こ） キャベツのコールスロー ハヤシライスソース	とり肉 だいず 牛肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく マッシュルーム	米 でんぷん パン粉 小麦粉 米粉	豚脂 油 フレンチ ドレッシング
18	火	ソフトめん 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	米粉チキンカツ 菜の花のドレッシングあえ さくら型かまぼこ入りかやく汁	とり肉 ぶた肉 だいず さくらかまぼこ（オレンジ）	飲むヨーグルト	なのはな にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ えのきたけ（いちご小6）	ソフトめん さとう でんぷん じゃがいも 米粉	油 和風 ドレッシング
19	水	食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳	ハンバーグおろしソース 五目豆煮 甲賀ふるさと汁	とり肉 ぶた肉 だいず 油あげ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	うめぼし たまねぎ だいこん 干しいたけ キャベツ	米 でんぷん じゃがいも さとう こんにやく	豚脂
21	金	はなやかごはん	牛乳	とりの照り焼き 春野菜のボトフ 甲賀市産いちご	かつおぶし とり肉 ウインナー	牛乳	広島県 京菜 だいこん葉 かぼちゃ ほうれんそう にんじん アスパラガス	とうもろこし うめ しょうが いちご セロリ キャベツ たまねぎ	米 さとう でんぷん じゃがいも	

*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、給食センターに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。（～2月18日）



いま
今のクラスで食べる給食
も、残りわずかです。
楽しい思い出になると
いいですね。

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7年2月18日

えっ!? 食事と一緒にエネルギーを摂ろう?

間食のとりすぎに気をつけよう

間食

約700kcal

左の間食は、エネルギー量が1食分以上もあり、糖分や糖質、脂質などが多く含まれています。間食の内容や食べすぎに気をつけましょう。

食事

約640kcal