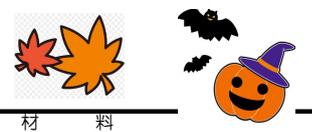


令和7年10月 学校給食献立表

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	水	ごはん	牛乳	味つき肉だんご(小2こ 中2こ) さやいんげんのおかかあえ ぶた汁	とり肉 だいず みそ かつおぶし ぶた肉	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	たまねぎ にんにく しょうが もやし ごぼう しめじ だいこん	米 さとう でんぷん	豚脂 油
2	木	パン ブルーベリージャム 【対応食:ごはん】	牛乳	白身魚フライ ほうれんそうのソテー キャロット豆乳スープ	ホキ ベーコン 豆乳	牛乳	ほうれんそう にんじん パセリ	もやし たまねぎ	パン ブルーベリージャム パン粉 小麦粉 じゃがいも 米粉	油
3	金	お月見献立 舞茸ごはん	牛乳	さといもコロッケ お月見汁 お月見ゼリー(なしゼリー)	油あげ ぶた肉 お月見ちらしかまぼこ とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	まいたけ たまねぎ とうもろこし しいたけ	米 さといも じゃがいも パン粉 さとう でんぷん お月見ゼリー(なしゼリー)	油
6	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 ぶた肉 赤つのまた こんぶ わかめ 白身のり	牛乳	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	米 じゃがいも 米粉		
7	火	鉄ちゃんの日 黒糖パン 【対応食:ごはん】	牛乳	レパースリハンバーグソースがけ こまつなのサラダ いりどり豆のスープ	とり肉 とりレパ ウインナー だいず 大福豆 金時豆	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ だいこん えだまめ	黒糖パン パン粉 さとう でんぷん	豚脂
8	水	ごはん 液体ココア	牛乳	しゅうまい(小2こ 中3こ) ホイコーロー もやしの中華スープ	ぶた肉 赤みそ みそ とり肉	牛乳	にんじん ピーマン チンゲンサイ	たまねぎ しょうが キャベツ にんにく もやし	米 液体ココア パン粉 さとう 小麦粉 でんぷん 水あめ	
9	木	パン 【対応食:ごはん】	牛乳	メンチカツ 切り干しだいこんのサラダ ココロ野菜のスープ	ぶた肉 とり肉 だいず粉	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ 切り干しだいこん とうもろこし	パン パン粉 小麦粉 でんぷん さとう じゃがいも 米粉	和風ドレッシング 油
10	金	目の愛護デー献立 ごはん	牛乳	さけのオリーブオイル風味焼き かぼちゃの煮物 ほうれんそうのすまし汁	さけ とり肉 焼きかまぼこ	牛乳	かぼちゃ にんじん ほうれんそう	たまねぎ	米 さとう	油
14	火	ごはん	牛乳	ココロ中華ポテト 花野菜の中華和え 八宝湯	ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんじん チンゲンサイ	カリフラワー キャベツ たまねぎ 干しいたけ	米 さつまいも さとう でんぷん	中華ドレッシング 油
15	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	ホキのお茶あげ きゅうりのあえ物 甲賀市産しいたけのみそ汁	ホキ まぐろ 油あげ とうふ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	うめぼし 茶 きゅうり キャベツ たまねぎ しいたけ なす	米 でんぷん	油 和風ドレッシング
16	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 キャベツのカレーソテー コーンスープ	フランクフルト 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 でんぷん さとう	油	
17	金	ごはん	牛乳	オムレツ 【対応食:ぶた肉とたまねぎの炒め物】 ブロッコリーのサラダ チキンハヤシライスソース	たまご(ぶた肉) とり肉	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ(しょうが) にんにく マッシュルーム	米 さとう でんぷん 米粉	油 イタリアンドレッシング
20	月	ファイバーちゃんの日 ごはん	牛乳	うの花コロッケ さつまいものサラダ ごぼうのみそ汁	おから とり肉 ハム みそ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう とうもろこし しめじ 干しいたけ	米 じゃがいも パン粉 さつまいも さとう でんぷん	油 ノンエッグ マヨネーズ
21	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 さやいんげんのごまあえ カレーうどん汁	ぶた肉 だいず 油あげ	飲むヨーグルト	にんじん ねぎ しゅんぎく さやいんげん	たまねぎ ごぼう	ソフトめん 小麦粉 でんぷん さとう	油 ごま
22	水	全国味めぐり わかめごはん ～徳島県～	牛乳	さわらの塩焼き さつまいものみそ汁 すだちゼリー	さわら ぶた肉 みそ	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ	米 さつまいも すだちゼリー さとう	油
23	木	パン いちごジャム 【対応食:ごはん】	牛乳	グラタン(かぼちゃ) ほうれんそうのサラダ ミネストローネ	おから 豆乳 だいず まぐろ ベーコン	牛乳	かぼちゃ にんじん ほうれんそう トマト パセリ	たまねぎ キャベツ しめじ	パン いちごジャム 水あめ じゃがいも 米粉 さとう でんぷん 米粉マカロニ	イタリアンドレッシング 油
24	金	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	焼きししゃも(小2こ 中2こ) 切り干しだいこんの焼きそば わかめととうふのすまし汁	ぶた肉 かつおぶし とり肉 油あげ とうふ	牛乳 わかめ ししゃも	にんじん	切り干しだいこん キャベツ たまねぎ	米	油
27	月	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ(小2こ 中3こ) ごぼうとしいたけのチャプチェ 肉だんごの中華スープ	ぶた肉 だいず とり肉 みそ	牛乳	ねぎ いら にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ だけのこ にんにく しょうが しいたけ ごぼう 干しいたけ	米 パン粉 小麦粉 さとう えんどうはるさめ でんぷん 水あめ	豚脂 油 ごま ごま油
28	火	カミカミちゃんの日 パン 【対応食:ごはん】	牛乳	米粉チキンカツ ツナサラダ 根菜のポトフ	だいず まぐろ ウインナー とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ れんこん ごぼう とうもろこし だいこん	パン じゃがいも 米粉 でんぷん さとう	油 ノンエッグ マヨネーズ
29	水	ごはん	牛乳	さばのねぎソースがけ 赤こんにゃくのおかか煮 けんちん汁	さば かつおぶし とうふ とり肉	牛乳	ねぎ にんじん さやいんげん	にんにく だいこん ごぼう	米 さとう でんぷん こんにゃく 赤こんにゃく	油
30	木	ごはん	牛乳	とりのからあげ(小2こ 中2こ) キャベツのしそあえ きのこのみそ汁	とり肉 油あげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん 赤しそ	しょうが キャベツ もやし えのきたけ たまねぎ しめじ	米 でんぷん さとう	油
31	金	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 コールスローサラダ 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	にんじん かぼちゃ 赤ピーマン	たまねぎ しめじ とうもろこし キャベツ	米 さとう でんぷん じゃがいも 米粉	豚脂 油

*ソフトめん・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26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。

※こんにゃくは芋類で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、いただき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 27日(月)です。

