



令和7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
4	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 八宝湯	ぶた肉 ハム	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが キャベツ もやし 干しいたけ	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
5	水	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 わかめのみそ汁	とり肉 油あげ とりレバー とうふ みそ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	もやし たまねぎ	米 でんぷん さとう	油
6	木	パン りんごジャム 【対応食: ごはん】	牛乳	メンチカツ もやしのサラダ ミネストローネ	ぶた肉 とり肉 だいず粉 ベーコン	牛乳	こまつな にんじん トマト パセリ	たまねぎ とうもろこし もやし	パン りんごジャム パン粉 小麦粉 米粉 さとう 米粉マカロニ でんぷん じゃがいも	油
7	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 とり肉 油あげ 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
10	月	ごはん	飲むヨーグルトミニ	さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 ぶた汁	さば とり肉 ぶた肉 とうふ みそ	飲むヨーグルトミニ	にんじん さやいんげん ねぎ	たまねぎ だいこん ごぼう	米 じゃがいも さとう こんにゃく	
11	火	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
12	水	ファイバーちゃんの日 ごはん	牛乳	厚揚げのみそあんかけ きんぴらごぼう のっぺい汁	厚あげ みそ 牛肉 とり肉	牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう だいこん 干しいたけ	米 さとう 米粉 さといも でんぷん こんにゃく	油
13	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 まぐろ 豆乳 ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	とうもろこし 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
14	金	ごはん	牛乳	春巻き もやしのナムル 豚キムチスープ	だいず ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん にら	キャベツ たまねぎ しめじ 干しいたけ にんにく もやし 白菜キムチ	米 はるさめ さとう でんぷん 小麦粉 えんどうはるさめ	豚脂 油 ごま油
17	月	ごはん	牛乳	ウインナー(小2こ 中3こ) だいこんの甘酢あえ カレー	ウインナー ぶた肉	牛乳	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 さとう 米粉	
18	火	かみかみちゃんの日 中華めん 【対応食: ごはん】	牛乳	揚げぎょうざ(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 みそ だいず とり肉	牛乳	ねぎ にら にんじん さやいんげん	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 でんぷん	豚脂 油 中華 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	ちくわのお茶米粉天ぷら こまつなのごまあえ 近江牛のじゅんじゅん	ちくわ 近江牛肉 焼きとうふ	牛乳	こまつな にんじん	うめぼし 茶 もやし たまねぎ しいたけ 白ねぎ	米 米粉 赤こんにゃく 丁字ふ さとう	油 ごま
20	木	パン 【対応食: ごはん】	飲むヨーグルト	フランクフルトのケチャップがけ ポテトサラダ だいこんのスープ	フランクフルト とり肉	飲むヨーグルト	にんじん さやいんげん ほうれんそう	たまねぎ だいこん	パン さとう でんぷん じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ
21	金	和食の日 ごはん	牛乳	さけのこんぶだしのあんかけ 切り干し大根のかつおだしの煮物 さつまいもの煮干しだしのみそ汁	さけ みそ 油あげ	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	たまねぎ 切り干しだいこん	米 さとう でんぷん さつまいも	油
25	火	ごはん	牛乳	とりそぼろどんぶりの具 キャベツのすまし汁 近江米ムース	とり肉 豆乳 とうふ ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	たまねぎ キャベツ	米 さとう でんぷん 米粉 水あめ	油
26	水	全国味めぐり ごはん ～岡山県～	牛乳	さわらの香味ソースがけ ごんだら煮 いなか汁	さわら みそ とり肉 さつまあげ	牛乳 わかめ	さやいんげん にんじん こまつな	しょうが にんにく 白ねぎ ごぼう たまねぎ だいこん	米 さとう でんぷん さといも こんにゃく	油
27	木	パン みかんジャム 【対応食: ごはん】	牛乳	チキンナゲット(小2こ 中3こ) 切り干しだいこんのサラダ 米粉のシチュー	とり肉 だいず ぶた肉	牛乳	にんじん ブロッコリー	にんにく キャベツ 切り干しだいこん しめじ たまねぎ とうもろこし	パン みかんジャム でんぷん パン粉 米粉 小麦粉 じゃがいも	豚脂 油 和風 ドレッシング
28	金	ごはん	牛乳	厚焼きたまご 【対応食: ぶた肉とたまねぎの炒め物】 ブロッコリーの塩こんぶあえ つみれ汁	たまご まぐろ (ぶた肉)	牛乳 こんぶ いわし	にんじん ブロッコリー ねぎ	えのきたけ たまねぎ しょうが	米 でんぷん さとう	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22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。
11月の口座振替日は11月26日(水)です。

発行日: 令和7年10月22日