



令和8年1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	主 食	牛乳	献立名	主 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
7	水	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ（小2こ 中3こ） もやし中華あえ 肉だんご中華スープ	ぶた肉 だいず みそ ハム とり肉	牛乳	ねぎ にら にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが しいたけ もやし はくさい 干しいたけ	米 パン粉 水あめ さとう 小麦粉 でんぶん	豚脂 油 ごま ごま油
8	木	鉄ちゃんの日 パン 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト ミニ	とりとレバーのオーロラ煮 コールスローサラダ コロコロ野菜のスープ	とり肉 とりレバー ウインナー	飲むヨーグルト ミニ	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ	パン でんぶん さとう じゃがいも	油
9	金	全国味めぐり ごはん ～長野県～	牛乳	さけのきのこソースがけ 野沢菜とはくさいのいため煮 ひんのペ汁	さけ 油あげ みそ	牛乳	野沢菜 にんじん	たまねぎ しめじ えのきたけ はくさい だいこん 白ねぎ	米 すいとん じゃがいも	油
13	火	ごはん	牛乳	ウインナー（小2こ 中3こ） ブロッコリーのドレッシングあえ カレー	ウインナー ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ 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	イタリアン ドレッシング
14	水	カミカミちゃんの日 ごはん	牛乳	さわらの塩焼き れんこんのきんぴら きのこのすまし汁	さわら ぶた肉 焼きかまぼこ	牛乳	にんじん ねぎ	れんこん たまねぎ しめじ えのきたけ	米 こんにゃく さとう	油
15	木	パン 【対応食:ごはん】 液体ココア	牛乳	チキンナゲット（小2こ 中3こ） ツナサラダ ミネストローネ	とり肉 だいず まぐろ ベーコン	牛乳	にんじん トマト パセリ	にんにく キャベツ たまねぎ	パン 液体ココア パン粉 小麦粉 でんぶん さとう じゃがいも 米粉マカロニ	豚脂 油 ノンエッグ マヨネーズ
16	金	ファイバーちゃんの日 ごはん	牛乳	とうふハンバーグおろしソース 赤こんにゃくのおかか煮 こまつなのみそ汁	だいず とり肉 とうふ みそ かつおぶし	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ だいこん しめじ	米 でんぶん さとう こんにゃく 赤こんにゃく	豚脂
食育の日★ふるさと献立				牛乳	ほんもろこのお茶あげ 切り干しだいこんの煮物 忍忍とん汁	さつまあげ ぶた肉 とうふ みそ 白いんげん豆 豆乳	にんじん さやいんげん	茶 切り干しだいこん 忍ねぎ ごぼう うめぼし	米 でんぶん さとう じゃがいも こんにゃく	油
19	月	ごはん 甲南町のうめぼし	牛乳							
20	火	ソフトめん 【対応食:ごはん】	牛乳	野菜かきあげ ほうれんそうのサラダ かやくうどん汁	だいず とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん ねぎ しゅんぎく ほうれんそう	たまねぎ ごぼう とうもろこし 干しいたけ	ソフトめん 小麦粉 和風 ドレッシング	油
21	水	カルちゃんの日 ごはん	牛乳	焼きししゃも（小2こ 中2こ） こまつなのいため物 わかめととうふのみそ汁	ぶた肉 油あげ とうふ みそ	牛乳	こまつな にんじん	キャベツ たまねぎ	米	油
22	木	パン 【対応食:ごはん】	飲むヨーグルト	グラタン（野菜） キャベツのカレーソテー コンソメスープ	豆乳 おから 大豆粉 ハム とり肉	飲むヨーグルト	にんじん ほうれんそう さやいんげん	たまねぎ とうもろこし キャベツ だいこん しめじ	パン じゃがいも 米粉 水あめ でんぶん さとう	油
23	金	ごはん	牛乳	厚焼きたまご 【対応食：豚肉とたまねぎの炒め物】 海そうサラダ とりじゃが	たまご（ぶた肉） とり肉 赤つのまた 笹わかめ 白杉のり	牛乳 こんぶ わかめ	にんじん たまねぎ（しょうが） だいこん グリーンピース	米 でんぶん さとう こんにゃく じゃがいも	油 和風 ドレッシング	
◆ ◆ ◆ 全 国 学 校 給 食 週 間（26日～30日） ◆ ◆ ◆										
26	月	ふるさと献立 ごはん	牛乳	さばの忍ねぎソース もやしのナムル 八宝湯	さば ぶた肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ	にんにく 忍ねぎ もやし はくさい しいたけ たまねぎ	米 さとう でんぶん	ごま油
27	火	ふるさと献立 ごはん	牛乳	ぶた肉のキャベツいため 滋賀県産大豆のなっとう 甲賀ふるさと汁	ぶた肉 なっとう 手裏剣かまぼこ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ だいこん たまねぎ	米 さとう	油
28	水	滋賀の食文化財 ごはん	牛乳	わかさぎのつくだ煮 日野菜漬けあえ 打ち豆汁	とり肉 うち豆 油あげ みそ	牛乳 わかさぎ	にんじん ねぎ	ひのな だいこん たまねぎ	米 さとう 寒天 さつまいも さといも	
29	木	リクエスト献立 あげパン 【対応食:ごはん】	牛乳	小魚 ブロッコリーとツナのサラダ ウインナーのポトフ	まぐろ ウインナー	牛乳 いわし	ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし だいこん たまねぎ	パン さとう じゃがいも でんぶん	油
30	金	近江牛をあじわおう ごはん	飲むヨーグルト	ちくわのお茶米粉天ぷら こまつなのごまあえ 近江牛のすき焼き風煮	ちくわ 近江牛肉 焼きどうふ	飲むヨーグルト	こまつな にんじん	茶 もやし たまねぎ はくさい 忍ねぎ	米 米粉 こんにゃく さとう	油 ごま

*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。

*こんにゃくは、5群ですがエネルギーにはなりません。

*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。（～12月17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。1月の口座振替日は 26日(月)です。

発行日 令和7年12月17日 発行