



令和8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	木	パン 【対応食：ごはん】	牛乳	とりのからあげ(小2こ 中2こ) キャベツのサラダ コンソメスープ	とり肉 ベーコン	牛乳	こまつな にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ キャベツ しめじ	パン でんぷん じゃがいも	油
2	金	ファイバーちゃんの日 ごはん	牛乳	うの花コロッケ 切り干しだいこんの煮物 ごぼうのみそ汁	おから とり肉 ちくわ みそ	牛乳	にんじん さやいんげん ねぎ	たまねぎ ごぼう 切り干しだいこん しめじ 干しいたけ	米 じゃがいも さとう パン粉 でんぷん	油
5	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 とり肉 だいず	牛乳	にら ねぎ にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ しょうが ごぼう にんにく 干しいたけ たけのこ	米 でんぷん 小麦粉 さとう えんどうはるさめ	豚脂 油 ごま ごま油
6	火	鉄ちゃんの日 黒糖パン 【対応食：ごはん】	牛乳	レバー入り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 とりレバー だいず ウインナー おおぶく豆 きんととき豆	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ だいこん えだ豆	黒糖パン パン粉 でんぷん さとう 小麦粉	豚脂 イタリアン ドレッシング
7	水	全国味めぐり ごはん ～新潟県～	牛乳	さけの焼き漬け あらめ煮つけ のっぺい汁	さけ 油あげ とり肉	牛乳 あらめ	にんじん ねぎ	だいこん 干しいたけ	米 さとう でんぷん 里芋 こんにゃく	油
8	木	目の愛護デー献立 パン 【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	飲むヨーグルト	ほうれんそう にんじん パセリ	キャベツ とうもろこし たまねぎ	パン パン粉 小麦粉 でんぷん じゃがいも 米粉	油
9	金	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 こんぶ わかめ 茎わかめ 白身のり	牛乳 赤つのまた	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		
13	火	ごはん	牛乳	さわらの照り焼き キャベツのおかかあえ じゃがいものみそ汁	さわら かつおぶし 油あげ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	米 でんぷん さとう じゃがいも	油
14	水	ごはん	牛乳	春巻き もやしの中華あえ 八宝湯	だいず とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん にら ほうれんそう チンゲンサイ	もやし キャベツ たまねぎ 干しいたけ にんにく	米 はるさめ でんぷん 小麦粉 さとう	豚脂 油 ごま ごま油
15	木	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	とり肉 だいず まぐろ ウインナー	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ とうもろこし ごぼう だいこん れんこん	パン じゃがいも 米粉 さとう でんぷん	油 ノンエッグ マヨネーズ
16	金	ごはん	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 パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	
19	月	食育の日★ふるさと献立 みやまえごはん	牛乳	さばのねぎソースがけ きゅうりのあえ物 甲賀ふるさと汁	さば とり肉 油あげ とうふ みそ	牛乳	ねぎ にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ ししいたけ なす にんにく	米 さとう でんぷん	油 和風 ドレッシング
20	火	ソフトめん 【対応食：ごはん】	牛乳	野菜かきあげ ほうれんそうのごまあえ カレーうどん汁	だいず ぶた肉 油あげ	飲むヨーグルト	にんじん ねぎ しゅんぎく ほうれんそう	たまねぎ ごぼう もやし	ソフトめん 小麦粉 でんぷん	油 ごま
21	水	ごはん	牛乳	キャベツ平つくねソースがけ さやいんげんのおかかあえ ぶた汁	とり肉 ぶた肉 えんどう豆 かつおぶし みそ	牛乳	さやいんげん にんじん ねぎ	キャベツ しょうが もやし だいこん たまねぎ ごぼう しめじ	米 でんぷん さとう	豚脂
22	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) 切り干しだいこんのサラダ コーンスープ	とり肉 だいず ハム	牛乳	にんじん	にんにく キャベツ 切り干しだいこん たまねぎ とうもろこし	パン 液体ココア でんぷん パン粉 小麦粉	油 豚脂 和風 ドレッシング
23	金	ごはん	牛乳	オムレツ 【対応食：ぶた肉とたまねぎのいため物】 ブロッコリーのサラダ ハヤシライスソース	たまご ぶた肉	牛乳	にんじん ブロッコリー	キャベツ (しょうが) にんにく たまねぎ しめじ グリーンピース	米 さとう でんぷん	油 イタリアン ドレッシング
26	月	ごはん	牛乳	さんまの塩焼き 赤こんにゃくのおかか煮 けんちん汁	さんま かつおぶし とうふ とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん ごぼう	米 赤こんにゃく こんにゃく さとう	油
27	火	うすまきパン 【対応食：ごはん】	牛乳	グラタン(かぼちゃ) いんげんとコーンのソテー ミネストローネ	おから 豆乳 だいず粉 ハム とり肉	牛乳	さやいんげん トマト かぼちゃ にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし しめじ	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
28	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) ひじきと大豆の煮物 こまつなのすまし汁	だいず 油あげ とり肉	牛乳 ししゃも ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ えのきたけ	米 さとう	油
29	木	ごはん	牛乳	メンチカツ きんぴらごぼう さつまいものみそ汁	ぶた肉 とり肉 みそ だいず粉	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう えのきたけ	米 パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん さとう こんにゃく さつまいも	油
30	金	ハロウィン献立 ごはん	牛乳	ハンバーグソースがけ キャベツのコールスロー かぼちゃの米粉のシチュー	とり肉 ぶた肉	飲むヨーグルト	にんじん かぼちゃ	たまねぎ キャベツ しめじ とうもろこし	米 米粉 でんぷん さとう	豚脂 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。

*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17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。



中学生の保護者の皆様へ

10月の口座振替日は26日(月)です。

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。

発行日：令和8年9月17日