



令和8年6月 学校給食献立表

甲賀市西部学校給食センター TEL: 62-0743



| 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 | 月 | ごはん | 牛乳 | 焼きぎょうざ(小2こ 中3こ) ホイコーロー はるさめスープ | ぶた肉 みそ 赤みそ とり肉 | 牛乳 | にら にんじん ピーマン チンゲンサイ | キャベツ たまねぎ しょうが にんにく 干しいたけ | 米 さとう 小麦粉 でんぷん えんどうはるさめ | 豚脂 油 |
| 2 | 火 | カルちゃんの日 ごはん | 牛乳 | 焼きししゃも(小2こ 中2こ) 高野とうふの含め煮 こまつなのすまし汁 | 高野とうふ とり肉 | 牛乳 ししゃも こんぶ | にんじん さやいんげん たまねぎ えのきたけ | 米 さとう | | |
| 3 | 水 | 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 れんこんのサラダ いりどり豆のスープ | とり肉 だいず ウインナー 大福豆 金時豆 | 牛乳 | にんじん れんこん とうもろこし たまねぎ だいこん えだ豆 | 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 | |
| 4 | 木 | ごはん | 牛乳 | あげさわらの韓国風 ピビンパの具 キムチスープ | さわら 赤みそ とり肉 とうふ ぶた肉 | 牛乳 飲むヨーグルト | にんじん ほうれんそう たまねぎ 白菜キムチ しめじ しょうが | 米 でんぷん さとう | 油 ごま油 | |
| 5 | 金 | パン [対応食:ごはん] | 牛乳 | グラタン(とうもろこし) キャベツのカレーソー コンソメスープ | おから だいず粉 ベーコン とり肉 豆乳 | 牛乳 | にんじん さやいんげん | とうもろこし たまねぎ キャベツ しめじ | パン じゃがいも 水あめ さとう でんぷん 米粉 | 油 |
| 8 | 月 | ごはん | 牛乳 | 春巻き もやしとりの中華あえ 肉だんごの中華スープ | だいず とり肉 | 牛乳 | にんじん にら ねぎ | キャベツ たまねぎ 干しいたけ にんにく もやし しょうが だけのこ | 米 はるさめ さとう 小麦粉 でんぷん | 豚脂 油 ごま ごま油 |
| 9 | 火 | ごはん | 牛乳 | あじの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 キャベツのみそ汁 | あじ とり肉 みそ 油あげ | 牛乳 | にんじん ねぎ グリーンピース | たまねぎ キャベツ しめじ | 米 じゃがいも さとう | 油 |
| 10 | 水 | パン [対応食:ごはん] | 牛乳 | 白身魚フライ ツナサラダ キャロット豆乳スープ | ホキ まぐろ ベーコン 豆乳 だいず粉 | 牛乳 | パセリ にんじん | キャベツ たまねぎ とうもろこし | パン パン粉 小麦粉 でんぷん じゃがいも 米粉 | 油 ノンエッグ マヨネーズ |
| 11 | 木 | 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 きんぴらごぼう きのことかめのすまし汁 | とり肉 とうふ ぶた肉 だいず | 牛乳 わかめ | にんじん | たまねぎ だいこん ごぼう しめじ えのきたけ | 米 さとう でんぷん 赤こんにゃく | 豚脂 油 |
| 12 | 金 | ソフトめん [対応食:ごはん] | 牛乳 | ちくわの米粉天ぷら キャベツのこんぶあえ カレーうどん汁 | ちくわ とり肉 油あげ | 牛乳 飲むヨーグルト こんぶ | にんじん ねぎ | キャベツ たまねぎ | ソフトめん 米粉 でんぷん | 油 |
| 15 | 月 | ごはん | 牛乳 | ウインナー(小2こ 中3こ) こまつなと切り干し大根のサラダ ハヤシライスソース | ウインナー ぶた肉 | 牛乳 | こまつな にんじん トマト | 切り干しだいこん たまねぎ にんにく | 米 米粉 | 和風 ドレッシング |
| 16 | 火 | ごはん | 牛乳 | さばの塩焼き キャベツのおかかあえ 新玉ねぎのみそ汁 | さば 油あげ みそ かつおぶし | 牛乳 飲むヨーグルト | にんじん ねぎ | キャベツ もやし たまねぎ しめじ | 米 さとう | |
| 17 | 水 | パン [対応食:ごはん] | 牛乳 | とりの塩こうじ焼き コールスローサラダ ミネストローネ | とり肉 ベーコン | 牛乳 | にんじん トマト パセリ | キャベツ たまねぎ | パン じゃがいも 米粉マカロニ さとう | フレンチ ドレッシング |
| 18 | 木 | ごはん | 牛乳 | 厚揚げのみそあんかけ きゅうりのごま酢あえ かまぼこのすまし汁 | 厚揚げ みそ とり肉 焼きかまぼこ | 牛乳 | にんじん ねぎ | きゅうり たまねぎ えのきたけ | 米 さとう 米粉 | ごま油 |
| 19 | 金 | 食育の日・ふるさと献立 ごはん 甲南町のうめぼし | 牛乳 | ホキのお茶あげ こまつなのあえ物 甲賀ふるさと汁 | ホキ 油あげ みそ | 牛乳 | こまつな にんじん ねぎ | うめぼし 茶 もやし キャベツ たまねぎ ししいたけ | 米 でんぷん | 油 |
| 22 | 月 | 全国味めぐり ごはん ～広島県～ | 牛乳 | いかたこかまぼこのたれかけ キャベツとツナのレモンあえ おはっすん | たら いか たこ まぐろ とり肉 | 牛乳 | にんじん | たまねぎ キャベツ レモン だいこん れんこん 干しいたけ ごぼう | 米 でんぷん さとう こんにゃく | 油 |
| 23 | 火 | ごはん | 牛乳 | さわらの照り焼き 切り干しだいこんの煮物 ぶた汁 | さわら さつまあげ ぶた肉 とうふ みそ | 牛乳 | にんじん さやいんげん ねぎ | 切り干しだいこん たまねぎ ごぼう | 米 さとう でんぷん こんにゃく | 油 |
| 24 | 水 | パン [対応食:ごはん] | 牛乳 | ハンバーグソースがけ ほうれん草のサラダ コーン豆乳ポタージュ | ぶた肉 とり肉 ベーコン 豆乳 | 牛乳 | ほうれんそう にんじん パセリ | たまねぎ キャベツ とうもろこし | パン 米粉 でんぷん さとう | 豚脂 フレンチ ドレッシング |
| 25 | 木 | ごはん | 牛乳 | メンチカツ 海そうサラダ じゃがいものみそ汁 | ぶた肉 とり肉 みそ 油あげ だいず粉 こんぶ わかめ 白身のり | 牛乳 赤つのまた くわわかめ | にんじん ねぎ | たまねぎ だいこん | 米 パン粉 米粉 小麦粉 でんぷん さとう じゃがいも | 油 和風 ドレッシング |
| 26 | 金 | 鉄ちゃんの日 ごはん | 牛乳 | いわしのしょうが煮 ひじきとだいずのサラダ ほうれんそうのすまし汁 | いわし だいず 焼きかまぼこ とり肉 | 牛乳 ひじき | にんじん ほうれんそう | しょうが えだ豆 たまねぎ | 米 さとう でんぷん | ノンエッグ マヨネーズ |
| 29 | 月 | ごはん | 牛乳 | チキンナゲット(小2こ 中3こ) えだまめ カレー | とり肉 だいず ぶた肉 | 牛乳 | にんじん | にんにく たまねぎ えだ豆 しょうが | 米 パン粉 小麦粉 でんぷん じゃがいも 米粉 | 豚脂 油 |
| 30 | 火 | ごはん | 牛乳 | 厚焼きたまご [対応食:ぶた肉とたまねぎのいため物] さやいんげんのおかかあえ けんちん汁 | たまご(ぶた肉) かつおぶし さやいんげん とり肉 | 牛乳 こんぶ | にんじん さやいんげん ねぎ | たまねぎ(しょうが) もやし だいこん ごぼう | 米 さとう でんぷん | 油 |

*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、甲賀市西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。
 *米飯工場のごはんは、1日、8日、15日、22日、29日です。
 *下線がついているものは、冷たいおかずです。
 ◎給食の放射線測定は、不検出でした。(～5月20日)

※こんにゃくは芋類で5群ですが、エネルギー源にはなりません。
 中学生の保護者の皆様へ
6月の口座振替日は26日(金)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。