

【小学校】



# 令和4年 11月 学校給食献立表

近江八幡市  
学校給食センター

日	曜日	献立		主な材料		
		主食	おかず	おもにエネルギーのもとになる	おもに体をつくるもとになる	おもに体の調子を整える
1日	火	牛乳 麦ごはん	さわらのてり焼き ほうれんそうのおひたし なめことあつあげのみそ汁	米 麦 さとう でんぷん	牛乳 さわら あつあげ みそ	にんじん ほうれんそう もやし なめこ だいこん 青ねぎ
2日	水	牛乳 カット コッパ パン	焼きウインナー 花やさいサラダ 焼きそば	コッパパン ドレッシング 中華めん 油	牛乳 ウインナー ふた肉 あおりのり	ブロッコリー カリフラワー たまねぎ キャベツ にんじん もやし
4日	金	牛乳 麦ごはん	ささみのレモンソース 五目豆煮 いもだんご汁	米 麦 でんぷん 油 さとう いもだんご	牛乳 とり肉 さつまあげ 大豆 こんぶ	レモン れんこん(赤こんにゃく) 青ねぎ にんじん はくさい ごぼう しいたけ
7日	月	牛乳 ごはん	あつあげの肉みそかけ はくさいとみずなのこんぶあえ かきたま汁	米 さとう でんぷん	牛乳 あつあげ ふた肉 八丁みそ こんぶ かまぼこ たまご	しょうが はくさい みずな にんじん たまねぎ えのきだけ 青ねぎ
8日	火	牛乳 麦ごはん	いわしのしょうが煮 <b>かみかみの日</b> こまつなの青じそあえ みそけんちん汁 かみかみ大豆	米 麦 さとう 油	牛乳 いわし 油あげ とうふ みそ かみかみ大豆	しょうが こまつな もやし だいこん ごぼう にんじん 青ねぎ (こんにゃく)
9日	水	牛乳 ごはん	小えびの天ぷら はるさめサラダ 中華どんぶり	米 油 はるさめ ドレッシング ごま油 でんぷん	牛乳 えびフリッター ふた肉	きゅうり 赤ピーマン にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ たけのこ
10日	木	牛乳 ソフト めん	キャベツとふた肉のみそいため だいがくいも <b>職場体験中学生が考えた献立</b> きつねうどん汁 ぼうちース	ソフトめん さとう 油 さつまいも でんぷん	牛乳 ふた肉 みそ 油あげ チーズ	キャベツ ピーマン しょうが にんじん たまねぎ しめじ 青ねぎ
11日	金	牛乳 麦ごはん	あじの塩焼き もやしのごますあえ だいこんの煮物 りんご	米 麦 油 さとう ごま さといも	牛乳 あじ ツナ とり肉 ちくわ こんぶ	もやし きゅうり にんじん だいこん(赤こんにゃく) りんご
14日	月	牛乳 ごはん	いかの香味焼き きゅうりのたくあんあえ 近江牛の肉じゃが	米 さとう ごま油 じゃがいも	牛乳 いか 近江牛	にんにく しょうが きゅうり たくあん にんじん たまねぎ さやいんげん(こんにゃく)
15日	火	牛乳 麦ごはん	とりのからあげ <b>職場体験中学生が考えた献立</b> こまつなとはくさいのごますあえ ぐたくさんぶた汁 みかん	米 麦 でんぷん 油 ごま さつまいも	牛乳 とり肉 ふた肉 みそ	にんにく しょうが こまつな はくさい だいこん ごぼう 青ねぎ みかん
16日	水	牛乳 こめこ コッパ パン	プレーンオムレツ コーンサラダ ポークビーンズ	こめこコッパパン ドレッシング じゃがいも さとう	牛乳 プレーンオムレツ ふた肉 大豆	キャベツ 赤ピーマン とうもろこし たまねぎ にんじん トマト
17日	木	牛乳 ごはん	てりやきハンバーグ <b>減塩の日</b> きりほしだいこんとこんぶのほんすあえ ゆばのすまし汁	米 さとう でんぷん	牛乳 ハンバーグ こんぶ ツナ とうふ ゆば かまぼこ	にんじん きりほしだいこん たまねぎ しめじ みつば
18日	金	牛乳 麦ごはん	わかさぎのいそべからあげ <b>食育の日</b> 赤こんにゃく煮 <b>はちまんの日</b> うち豆汁 近江米ムース	米 麦 でんぷん 油 さとう さといも 近江米ムース	牛乳 わかさぎ あおりのり かつおぶし うち豆 とうふ 油あげ みそ	(赤こんにゃく) にんじん だいこん 青ねぎ
21日	月	牛乳 ごはん	ふた肉の韓国風いため れんこんチップス トッポギスープ	米 はるさめ さとう ごま油 油 トッポギ	牛乳 ふた肉 とり肉	たまねぎ 赤ピーマン いら しょうが にんにく れんこん にんじん はくさい しいたけ
22日	火	牛乳 麦ごはん	さばのみそだれかけ <b>和食の日</b> キャベツのしそひじきあえ のっぺい汁	米 麦 さとう さといも でんぷん	牛乳 さば みそ しそひじきつくだ煮 かまぼこ	しょうが キャベツ だいこん にんじん しめじ 青ねぎ
24日	木	牛乳 ソフト めん	バイドポテト 海そうサラダ カレーソース	ソフトめん じゃがいも 油 カレールー	牛乳 海そうミックス ふた肉 とり肉 大豆	きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん マッシュルーム
25日	金	牛乳 麦ごはん	まぐろのあますがらめ ブロッコリーの和風あえ だいこんのみそ汁 なっとう	米 麦 でんぷん 油 さとう ドレッシング	牛乳 まぐろ とり肉 とうふ 油あげ みそ なっとう	ブロッコリー にんじん だいこん 青ねぎ
28日	月	牛乳 ごはん	信長ねぎのやきとり れんこんのあますあえ わかめのみそ汁	米 さとう でんぷん	牛乳 とり肉 かまぼこ わかめ とうふ 油あげ みそ	信長ねぎ にんじん れんこん たまねぎ えのきだけ 青ねぎ
29日	火	牛乳 麦ごはん	ちくわの天ぷら キャベツのかつおあえ さといものそぼろ煮	米 麦 てんぷら粉 油 さといも さとう でんぷん	牛乳 ちくわ かつおぶし とり肉	キャベツ ほうれんそう たまねぎ にんじん(こんにゃく)
30日	水	牛乳 コッパ パン	さけのピザソース焼き ごぼうサラダ きのこの豆乳シチュー	コッパパン ドレッシング じゃがいも ホワイトルウ	牛乳 さけ ベーコン 豆乳	ごぼう 赤ピーマン きゅうり たまねぎ にんじん エリンギ まいたけ

☆学校行事・材料等の都合で、献立を変更する場合があります。



近江八幡市学校給食センター  
ホームページ



LINE近江八幡市公式アカウント

給食センターからは、毎月献立表やレシピなどを  
配信しています。登録よろしくお願ひします。