



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
3日	月	牛乳 ごはん	こあゆのカレーあげ きゅうりのごまこんぶあえ じゃがいものそぼろ煮 びわ湖の日献立 食育の日	米 でんぷん 油 ごま じゃがいも さとう	牛乳 こあゆ こんぶ とり肉 あつあげ	きゅうり たまねぎ えだまめ (赤こんにゃく)
4日	火	牛乳 麦ごはん	ポークシューマイ はるさめのツナいため トッポギスープ	米 麦 はるさめ さとう ごま油 トッポギ	牛乳 ポークシューマイ ツナ とり肉	もやし 赤ピーマン にら にんにく たまねぎ にんじん チンゲンサイ エリンギ
5日	水	牛乳 ごはん	さばの塩焼き 五目豆煮 かぼちゃのみそ汁 あじつけのり	米 さとう	牛乳 さば 大豆 さつまあげ こんぶ とうふ 油あげ みそ のり	にんじん (こんにゃく) かぼちゃ たまねぎ 青ねぎ
6日	木	牛乳 キャロット ピラフ	★こまつなとこやどうふのキッシュ ごぼうサラダ コンソメスープ ★ばくばくレシピ	米 ドレッシング	牛乳 こやどうふ ウィナー たまご チーズ 生クリーム とり肉 ぶた肉	キャロットピラフのもと こまつな たまねぎ しめじ ごぼう きゅうり だいこん にんじん
7日	金	牛乳 麦ごはん	とりのレモンソース キャベツのしそひじきあえ 魚そうめん汁 たなばたゼリー 七夕献立	米 麦 でんぷん 油 さとう たなばたゼリー	牛乳 とり肉 しそひじきつくだ煮 魚そうめん かまぼこ	レモン キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ オクラ
10日	月	牛乳 ごはん	まぐろのみそがらめ わかめのすのもの けんちん汁 かみかみ大豆 和食の日	米 でんぷん 油 さとう	牛乳 まぐろ みそ わかめ かまぼこ とうふ 油あげ かみかみ大豆	きゅうり にんじん だいこん ごぼう (こんにゃく) 青ねぎ
11日	火	牛乳 麦ごはん	てりやきハンバーグ こまつなともやしのいそあえ かきたま汁	米 麦 さとう でんぷん	牛乳 ハンバーグ のり とうふ かまぼこ たまご	こまつな もやし たまねぎ にんじん えのきたけ みつば
12日	水	牛乳 きなこ パン	キャベツとコーンのサラダ 夏野菜のトマトスープ ヨーグルト	コッパン 油 さとう ドレッシング オリーブ油	牛乳 きなこ とり肉 ヨーグルト	キャベツ とうもろこし 赤ピーマン たまねぎ にんじん なす スキナーニ トマト にんにく
13日	木	牛乳 ごはん	あじのマスタード焼き 大豆とツナのごまドレあえ とうがんと白玉のみそ汁 減塩の日	米 でんぷん ドレッシング 白玉もち	牛乳 あじ 大豆 ツナ 油あげ みそ	にんにく きゅうり にんじん たまねぎ とうがん 青ねぎ
14日	金	牛乳 麦ごはん	コーンコロッケ かいそうサラダ ポークカレー かみかみの日	米 麦 油 ドレッシング じゃがいも カレールウ	牛乳 かいそうミックス ぶた肉	コーンコロッケ キャベツ 黄ピーマン たまねぎ にんじん りんご

☆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。

☆近江八幡市の学校給食では地場産物を積極的に活用しています。 **赤字**は近江八幡市産、**下線**は滋賀県産の食材です。



令和4年度「ばくばくレシピ」グランプリ作品が 給食に登場します！



7月6日(木)の「小松菜と高野豆腐のキッシュ」は、令和4年度ばくばくレシピのグランプリ作品です。

小松菜、高野豆腐、乳製品などを使って、カルシウムがしっかりとれるように工夫されています。

詳しいレシピは、ホームページをご覧ください。準グランプリやアイデア賞のレシピも掲載しています。

グランプリ 「Caたっぷり!小松菜と高野豆腐のキッシュ風」

準グランプリ 「カルシウムたっぷり野菜スープ」

アイデア賞 「骨から元気に!ばくばく春巻き」「カルシウムビビンバ」

「パリパリワンタンチーズ」「小松菜とちりめんの混ぜご飯」

「小松菜としらすと卵のにんにく炒め」「骨太ペペロンチーノ」

「小松菜と鶏団子のクリーム煮」

今年度も「親子でチャレンジばくばくレシピ」を募集します。(案内は後日配布予定です)
たくさんのお応募、お待ちしております!!



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。登録よろしくお願いします。