



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	水	牛乳 きなこパン	キャベツとコーンのサラダ ポークビーンズ ヨーグルト	<u>コッパパン</u> 油 さとう ドレッシング じゃがいも	きな粉 <u>牛乳</u> とり肉 大豆 ぶた肉 ヨーグルト	<u>キャベツ</u> とうもろこし たまねぎ にんじん トマト
2日	木	牛乳 ごはん	ほっけの一夜干し 大根の昆布あえ 筑前煮	米 さといも 油 さとう	<u>牛乳</u> ほっけ こんぶ とり肉	<u>きゅうり</u> だいこん にんじん れんこん ごぼう しいたけ さやいんげん
3日	金	牛乳 麦ごはん	シャキシャキそぼろ丼 のりしおポテト 白菜のみそ汁	米 麦 さとう でんぶん じゃがいも 油	<u>牛乳</u> ぶた肉 あおのり とうふ 油あげ みそ	にんじん たまねぎ 切干大根 はくさい しめじ 青ねぎ
6日	月	牛乳 ごはん	てりやきつくね きゅうりの酢の物 さといも汁 お月見団子	米 さとう でんぶん さといも 月見団子	<u>牛乳</u> とりつくね ちくわ 油あげ みそ	<u>きゅうり</u> にんじん だいこん (赤こんにゃく) えのきたけ 青ねぎ
7日	火	牛乳 麦ごはん	厚揚げの香味あんかけ ピーマン入り野菜炒め わかめスープ	米 麦 さとう でんぶん ピーマン ごま油	<u>牛乳</u> あつあげ ぶた肉 わかめ	白ねぎ 赤ピーマン ピーマン もやし たまねぎ にんじん しめじ 青ねぎ
8日	水	牛乳 ごはん	白身魚のレモンソース つぼづけあえ じゃがいものそぼろ煮	米 油 さとう じゃがいも でんぶん	<u>牛乳</u> 白身魚(ホキ) とり肉	レモン <u>キャベツ</u> つぼづけ にんじん たまねぎ (こんにゃく) えだ豆
9日	木	牛乳 中華めん	揚げ野菜シューマイ きゅうりの中華あえ ねぎ塩ラーメン汁	<u>中華めん</u> 油 ドレッシング	<u>牛乳</u> ツナ ぶた肉 なると	野菜シューマイ <u>きゅうり</u> とうもろこし にんじん もやし 青ねぎ
10日	金	牛乳 麦ごはん	オムレツ ブロッコリーサラダ かぼちゃカレー	米 麦 ドレッシング カレーウ	<u>牛乳</u> オムレツ とり肉	ブロッコリー <u>キャベツ</u> たまねぎ にんじん かぼちゃ りんご
14日	火	牛乳 麦ごはん	さわらのしょうが焼き いんげんのごまあえ 大根のみそ煮	米 麦 さとう でんぶん ごま さといも	<u>牛乳</u> さわら とり肉 みそ	さやいんげん もやし にんじん だいこん (赤こんにゃく)
15日	水	牛乳 コッパパン	牛肉コロッケ イタリアンサラダ きのこクリームスープ	<u>コッパパン</u> 牛肉コロッケ 油 ドレッシング ホワイトルウ	<u>牛乳</u> ミートボール 豆乳	にんじん <u>キャベツ</u> <u>きゅうり</u> たまねぎ まいたけ しめじ とうもろこし
16日	木	牛乳 ごはん	さばの塩焼き 白菜のポン酢あえ けんちん汁 柿	米 さとう 油	<u>牛乳</u> さば ツナ とうふ	こまつな はくさい だいこん にんじん ごぼう 青ねぎ 柿
17日	金	牛乳 麦ごはん	とり肉の天ぷら れんこんの和風サラダ かぼちゃのみそ汁	米 麦 天ぷら粉 油 ドレッシング	<u>牛乳</u> とり肉 油あげ みそ	れんこん <u>きゅうり</u> たまねぎ かぼちゃ 青ねぎ
20日	月	牛乳 ごはん	さけの竜田揚げ 春雨の酢の物 白玉汁	米 でんぶん 油 はるさめ さとう ごま油 白玉もち	<u>牛乳</u> さけ とり肉 かまぼこ とうふ	<u>きゅうり</u> にんじん たまねぎ しいたけ 青ねぎ
21日	火	牛乳 麦ごはん	千草焼き くさわかめのかつお炒め 豆腐のみそ汁	米 麦 さとう ごま油 さといも	<u>牛乳</u> たまご ツナ おから くさわかめ さつまあげ かつおぶし とうふ 油あげ みそ	ほうれんそう <u>キャベツ</u> たまねぎ えのきたけ 青ねぎ
22日	水	牛乳 ごはん	たらちのチリソース 小松菜の香味あえ ワントンスープ	米 油 さとう ドレッシング ワンタン でんぶん	<u>牛乳</u> たら	白ねぎ こまつな もやし にんじん はくさい しめじ にら
23日	木	牛乳 ソフトめん	大学いも ぶた肉とたけのこのみそ炒め きつねうどん汁	<u>ソフトめん</u> さつまいも 油 さとう でんぶん ごま油	<u>牛乳</u> ぶた肉 みそ とり肉 油あげ	たけのこ ピーマン にんじん たまねぎ 青ねぎ
24日	金	牛乳 麦ごはん	とり肉の塩こうじ焼き 元気サラダ なめこと厚揚げのみそ汁	米 麦 さとう 油	<u>牛乳</u> とり肉 ハム こんぶ かつおぶし あつあげ みそ	にんじん <u>キャベツ</u> <u>きゅうり</u> とうもろこし だいこん なめこ 青ねぎ
27日	月	牛乳 ごはん	春巻き チンゲンサイの中華あえ マーボー豆腐	米 油 ごま油 さとう でんぶん	<u>牛乳</u> とうふ ぶた肉 赤みそ みそ	はるまき チンゲンサイ <u>キャベツ</u> にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ 青ねぎ
28日		牛乳 麦ごはん	焼きししゃも 大根の和風あえ 近江牛のすきやき煮	米 麦 油 ドレッシング 丁字ふ さとう	<u>牛乳</u> ししゃも <u>生肉(近江牛)</u> とうふ	だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ はくさい 青ねぎ (赤こんにゃく)
29日	水	牛乳 コッパパン	いかのバジル焼き コロネーションサラダ コンソメスープ	<u>コッパパン</u> じゃがいも ドレッシング	<u>牛乳</u> いか とり肉 ウインナー	バジル <u>きゅうり</u> とうもろこし たまねぎ にんじん マッシュルーム
30日	木	牛乳 ごはん	おろしハンバーグ もやしとほうれん草のかつおあえ かき玉汁	米 さとう でんぶん	<u>牛乳</u> ハンバーグ かつおぶし かまぼこ とうふ たまご	だいこん にんじん もやし ほうれんそう たまねぎ えのきたけ 青ねぎ
31日	金	牛乳 麦ごはん	いわしのかば焼き キャベツのなめたけあえ さつま汁	米 麦 油 さとう さつまいも でんぶん	<u>牛乳</u> いわし とり肉 みそ	<u>キャベツ</u> こまつな なめたけ だいこん にんじん 青ねぎ

☆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。