

| 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                                            |                                                                    |
| 4日  | 火  | 牛乳 | 麦ごはん  | 揚げコーンシューマイ<br>春雨の中華炒め<br>八宝菜                    | <b>米</b> 麦 油 はるさめ<br>ドレッシング<br>でんぷん ごま油                        | <b>牛乳</b> ぶた肉                                          | コーンシューマイ れんこん ピーマン<br>にんじん たまねぎ<br><b>はくさい チンゲンサイ</b><br>たけのこ しいたけ |
| 5日  | 水  | 牛乳 | ごはん   | とり肉のみそ焼き<br>もやしのごま炒め<br>大根の煮物                   | <b>米</b> さとう ごま<br>さといも                                        | <b>牛乳</b> とり肉 みそ<br>ツナ ちくわ<br>あつあげ こんぶ                 | にんじん もやし<br><b>だいこん</b><br>(赤こんにゃく)                                |
| 6日  | 木  | 牛乳 | ソフトめん | トンカツ<br>キャベツの塩炒め<br>あんかけうどん汁                    | <b>ソフトめん</b> 油<br>でんぷん                                         | <b>牛乳</b> トンカツ<br>かまぼこ 油あげ                             | <b>キャベツ</b><br>にんじん たまねぎ<br><b>青ねぎ</b>                             |
| 7日  | 金  | 牛乳 | 麦ごはん  | さけのマスタード焼き<br>赤こんとごぼうのソテー<br>近江牛のビーフシチュー<br>りんご | <b>米</b> 麦 でんぷん<br>ドレッシング じゃがいも<br>安土中 職場体験の<br>生徒が考えた献立 ハヤシルウ | <b>牛乳</b> さけ<br><b>牛肉(近江牛)</b>                         | (赤こんにゃく)<br>とうもろこし にんじん<br>たまねぎ りんご<br>ごぼう                         |
| 10日 | 月  | 牛乳 | ごはん   | 厚揚げの肉みそがけ<br>五目きんぴら<br>かき玉汁                     | <b>米</b> さとう ごま油<br>でんぷん                                       | <b>牛乳</b> あつあげ ぶた肉<br>赤みそ さつまあげ<br>とり肉 かまぼこ<br>とうふ たまご | にんじん ごぼう<br>れんこん さやいんげん<br>たまねぎ えのきたけ<br><b>青ねぎ</b>                |
| 11日 | 火  | 牛乳 | 麦ごはん  | いかのねぎ塩だれ<br>白菜のしそひじき炒め<br>さといもの煮物               | <b>米</b> 麦 油<br>さといも さとう                                       | <b>牛乳</b> いか<br>しそひじきつくた煮<br>ぶた肉                       | <b>白ねぎ はくさい</b><br>にんじん たまねぎ<br>(赤こんにゃく)<br>えだ豆                    |
| 12日 | 水  | 牛乳 | コッペパン | フライドチキン<br>ポテトソテー<br>ミネストローネ                    | <b>コッペパン</b> でんぷん<br>油 じゃがいも<br>ドレッシング さとう                     | <b>牛乳</b> とり肉 大豆                                       | とうもろこし<br>にんじん たまねぎ<br><b>だいこん</b><br>トマト                          |
| 13日 | 木  | 牛乳 | ごはん   | さばの塩焼き<br>切干大根煮<br>豆腐のみそ汁                       | <b>米</b> さとう                                                   | <b>牛乳</b> さば ちくわ<br>とうふ 油あげ みそ                         | にんじん 切干大根<br>たまねぎ しめじ<br><b>青ねぎ</b>                                |
| 14日 | 金  | 牛乳 | 麦ごはん  | かぼちゃコロッケ<br>キャベツソテー<br>ポークカレー                   | <b>米</b> 麦 油<br>ドレッシング じゃがいも<br>カレールウ                          | <b>牛乳</b> ぶた肉                                          | かぼちゃコロッケ<br><b>キャベツ</b><br>赤ピーマン たまねぎ<br>にんじん りんご                  |
| 17日 | 月  | 牛乳 | ごはん   | 肉団子の甘酢あん<br>炒めナムル<br>春雨スープ                      | <b>米</b> 油 さとう<br>でんぷん ドレッシング<br>はるさめ                          | <b>牛乳</b> ミートボール<br>ぶた肉                                | <b>こまつな</b> もやし<br>にんじん <b>はくさい</b><br>しめじ                         |
| 18日 | 火  | 牛乳 | 麦ごはん  | とり肉とれんこんの甘辛揚げ<br>ブロッコリーとツナの炒め物<br>打ち豆汁          | <b>米</b> 麦 でんぷん 油<br>さとう ドレッシング<br>さといも                        | <b>牛乳</b> とり肉 ツナ<br>打ち豆(大豆) 油あげ<br>みそ                  | れんこん ブロッコリー<br>にんじん <b>だいこん</b><br><b>青ねぎ</b>                      |
| 19日 | 水  | 牛乳 | ごはん   | にしんのしょうが焼き<br>キャベツのゆかり炒め<br>高野豆腐の卵とし            | <b>米</b> さとう 油                                                 | <b>牛乳</b> にしん かまぼこ<br>高野豆腐 たまご                         | <b>キャベツ</b> 赤しそ<br>にんじん たまねぎ<br>しいたけ <b>青ねぎ</b>                    |
| 20日 | 木  | 牛乳 | ソフトめん | バイクドポテト<br>大根とパプリカのソテー<br>ミートソース                | <b>ソフトめん</b> じゃがいも<br>油 ドレッシング さとう<br>ハヤシルウ                    | <b>牛乳</b> とり肉 ぶた肉<br>大豆                                | 赤ピーマン<br>たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム<br><b>だいこん</b>                       |
| 21日 | 金  | 牛乳 | 麦ごはん  | さわらの竜田揚げ<br>白菜とほうれん草の煮びたし<br>さつまいものみそ汁          | <b>米</b> 麦 でんぷん 油<br>さとう さつまいも                                 | <b>牛乳</b> さわら<br><b>とうふ</b> みそ                         | にんじん <b>ほうれんそう</b><br><b>はくさい</b> たまねぎ<br>えのきたけ <b>青ねぎ</b>         |
| 25日 | 火  | 牛乳 | 麦ごはん  | たら南蛮漬け<br>昆布豆煮<br>ぶた汁                           | <b>米</b> 麦 油 さとう<br>でんぷん                                       | <b>牛乳</b> たら 大豆<br>さつまあげ こんぶ<br>ぶた肉 とうふ みそ             | たまねぎ (こんにゃく)<br>にんじん <b>だいこん</b><br>ごぼう <b>青ねぎ</b>                 |
| 26日 | 水  | 牛乳 | コッペパン | 焼きウインナー<br>キャベツのカレーソテー<br>さつまいもの豆乳シチュー          | <b>コッペパン</b> 油<br>さつまいも<br>おはなし給食<br>ホワイトルウ                    | <b>牛乳</b> ウインナー<br>豆乳                                  | <b>キャベツ</b> ピーマン<br>にんじん たまねぎ<br>しめじ                               |
| 27日 | 木  | 牛乳 | ごはん   | ハンバーグ和風きのこあんかけ<br>ごぼうと小松菜の炒め物<br>すまし汁<br>亥の子もち  | <b>米</b> さとう でんぷん<br>ドレッシング<br>亥子もち                            | <b>牛乳</b> ハンバーグ<br>とり肉 とうふ<br>かまぼこ                     | えのきたけ しいたけ<br><b>こまつな</b> ごぼう<br>にんじん たまねぎ<br><b>青ねぎ</b>           |
| 28日 | 金  | 牛乳 | 麦ごはん  | ねぎ入り卵焼き<br>れんこんののり塩きんぴら<br>とりじゃが                | <b>米</b> 麦 さとう<br>じゃがいも ごま油                                    | <b>牛乳</b> たまご ツナ<br>おから ちくわ<br>とり肉 あおのり                | <b>青ねぎ</b><br>にんじん たまねぎ<br>(赤こんにゃく)<br>さやいんげん れんこん                 |

☆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。