



日	曜日	献立		主な材料					
		主食	おかず	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
11日	木	牛乳 中華めん	あげコーンシューマイ チンゲンサイの中華あえ とんこつラーメン汁 ヨーグルト	ぶた肉 なると	牛乳 ヨーグルト	チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	コーンシューマイ もやし キャベツ	中華めん	油 ドレッシング
12日	金	牛乳 麦ごはん	やきとり つぼづけあえ じゃがいものみそ汁	とり肉 油あげ みそ	牛乳 わかめ	青ねぎ	白ねぎ キャベツ たまねぎ	米 麦 さとう でんぷん じゃがいも	
15日	月	牛乳 ごはん	焼きウインナー きゅうりとコーンのサラダ チキンカレー	ホークウインナー とり肉	牛乳	赤ピーマン にんじん	きゅうり とうもろこし たまねぎ りんご	米 じゃがいも	ドレッシング カレールウ
16日	火	牛乳 麦ごはん	こえびの天ぷら きんぴらごぼう とうふのみそ汁	えびフリッター ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	ごぼう たまねぎ しめじ	米 麦 さとう	油 ごま油
17日	水	牛乳 コッペパン	ハンバーグ マカロニのケチャップいため コンソメスープ お祝いデザート	ハンバーグ とり肉	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ だいこん マッシュルーム	コッペパン マカロニ	油 お祝いクレープ
18日	木	牛乳 ごはん	やきししゃも わかめのすのもの 近江牛の肉じゃが	ツナ 牛肉(近江牛)	牛乳 ししゃも わかめ	にんじん さやいんげん	きゅうり たまねぎ (赤こんにゃく)	米 さとう じゃがいも	油
19日	金	牛乳 麦ごはん	とり肉のレモンソース しそひじきあえ 白玉汁	とり肉	牛乳 しそひじきつくた煮	こまつな にんじん 青ねぎ	レモン もやし たまねぎ えのきたけ	米 麦 さとう でんぷん 白玉もち	油
22日	月	牛乳 ごはん	中華風たまごやき あじつけきゅうり マーボーはるさめ	たまご ツナ おから とうふ ぶた肉 赤みそ みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん 青ねぎ	ほうれんそう たまねぎ エリンギ にんにく しょうが	米 さとう はるさめ でんぷん	ごま油 ごま
23日	火	牛乳 麦ごはん	さわらのたつたあげ ふきの煮物 春キャベツのみそ汁	さわら とり肉 油あげ みそ	牛乳	にんじん	しょうが ふき 春キャベツ たまねぎ	米 麦 さとう でんぷん じゃがいも	油
24日	水	牛乳 ごはん	あつあげのこうみあんかけ なめたけあえ こんさいの煮物	あつあげ とりつくねだんご 大豆	牛乳	こまつな にんじん	しょうが にんにく 白ねぎ キャベツ なめたけ ごぼう しいたけ (こんにゃく)	米 さとう でんぷん さといも	油
25日	木	牛乳 ソフトめん	チキンナゲット ブロッコリーサラダ ミートソース	チキンナゲット とり肉 ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんじん	とうもろこし たまねぎ マッシュルーム しょうが にんにく	ソフトめん レンズ豆 さとう	油 ドレッシング ハヤシルウ
26日	金	牛乳 麦ごはん	さばの塩やき たけのこのみそいため ゆばのすまし汁	さば ぶた肉 みそ とうふ ゆば かまぼこ	牛乳	みつば	たけのこ (こんにゃく) たまねぎ しょうが	米 麦 さとう	ごま油
30日	火	牛乳 麦ごはん	ヤンニョムポーク ナムル トッポギスープ	ぶた肉	牛乳	ほうれんそう にんじん 青ねぎ	にんにく しょうが もやし しめじ たまねぎ	米 麦 さとう でんぷん トッポギ	油 ドレッシング

☆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。



## 学校給食センターからの情報発信について



### <ホームページ>

近江八幡市の学校給食の内容、食材の産地、献立表、スクールランチ(食育啓発紙)、給食レシピなどを掲載しています。



近江八幡市学校給食センター  
ホームページ

### <LINE公式アカウント>

毎月はじめに献立表、スクールランチ(食育啓発紙)、今月のレシピを配信します。また、食育の日の資料なども、随時配信します。  
買い物中の「今日の給食なんだっけ?」にも、献立をすぐに確認できて便利です。



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。