令和３年　８・９月　　学校給食献立表

近江八幡市教育委員会

近江八幡市
学校給食センターＨＰ

【中学校】

日 曜日		献立名	おもな材料 主に体の組織を作る食品 １群	２群	主に体の調子を整える食品 ３群	４群	主にエネルギーになる食品 ５群	６群
8/31 日 (火)	牛乳	麦ごはん 白身魚フライ 海そうサラダ チキンカレー	白身魚フライ とり肉	牛乳 海そうミックス	黄ピーマン にんじん	だいこん たまねぎ りんご	米　麦 じゃがいも　レンズ豆	油 カレールウ
9/1 日 (水)	牛乳	食パン ポテトカップグラタン ツナサラダ トマトスープ りんごジャム	ツナ ぶた肉	牛乳	にんじん　トマト	きゅうり　キャベツ たまねぎ　なす マッシュルーム	食パン ポテトカップグラタン さとう りんごジャム	ドレッシング
2 日 (木)	牛乳	ごはん あつあげのみそだれかけ もやしのいそあえ とうがんのくず煮	あつあげ　八丁みそ とり肉	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん	もやし とうがん　だいこん えだまめ　しょうが	米 さとう　でんぷん	
3 日 (金)	牛乳	麦ごはん フィッシュボールのケチャップがらめ ビーフン入りやさいいため わかめスープ	フィッシュボール ぶた肉 とうふ	牛乳 わかめ	赤ピーマン にんじん　にら	しょうが　にんにく キャベツ たまねぎ しめじ	米　麦 さとう ビーフン	油 ごま油
6 日 (月)	牛乳	ごはん さばの塩焼き いんげんのかつおいため とうふのみそ汁	さば さつまあげ　かつおぶし とうふ　油あげ　みそ	牛乳	さやいんげん 青ねぎ	たまねぎ　えのきたけ	米 じゃがいも　さとう	ごま油
7 日 (火)	牛乳	麦ごはん おろしハンバーグ キャベツのこんぶあえ かきたま汁 なし	ハンバーグ とり肉　とうふ　たまご	牛乳 こんぶ	にんじん 青ねぎ	だいこん キャベツ たまねぎ なし	米　麦 さとう　でんぷん	
8 日 (水)	牛乳	【はちまんの日】 ごはん こあゆのカレーあげ わかめのすのもの すきやき煮	かまぼこ 牛肉　焼きどうふ	牛乳 こあゆ わかめ	青ねぎ	きゅうり たまねぎ　はくさい （赤こんにゃく）	米 でんぷん さとう じゃがいも　丁字ふ	油
9 日 (木)	牛乳	【和食の日】 くりごはん とりのてり焼き こまつなのあえもの だいこんのみそ汁 水ようかん	とり肉 かつおぶし 油あげ　みそ	牛乳	こまつな にんじん　青ねぎ	もやし だいこん	米　くり さとう 水ようかん	
10 日 (金)	牛乳	麦ごはん えびシューマイ はるさめの中華あえ マーボーどうふ	えびシューマイ とうふ　ぶた肉 八丁みそ　みそ	牛乳	赤ピーマン にんじん 青ねぎ	きゅうり たまねぎ　たけのこ しいたけ　にんにく　しょうが	米　麦 はるさめ さとう　でんぷん	ドレッシング
13 日 (月)	牛乳	ごはん 焼きししゃも なめたけあえ こうやどうふの煮物	こうやどうふ　とり肉 やさいミックスボール	牛乳 ししゃも	こまつな にんじん　さやいんげん	キャベツ　なめたけ	米 さつまいも　さとう	油
14 日 (火)	牛乳	麦ごはん とりのからあげ ごぼうの和風あえ かぼちゃのみそ汁	とり肉 油あげ　みそ	牛乳	にんじん かぼちゃ 青ねぎ	にんにく　しょうが ごぼう　きゅうり たまねぎ えのきたけ	米　麦 でんぷん	油 ドレッシング
15 日 (水)	牛乳	コッペパン ほうれんそうキッシュ （洋風たまご焼き） ブロッコリーサラダ 豆乳コーンスープ	たまご　ウインナー おから 豆乳	牛乳	ほうれんそう ブロッコリー　黄ピーマン にんじん	たまねぎ　しめじ とうもろこし	コッペパン でんぷん	ドレッシング ホワイトルウ
16 日 (木)	牛乳	【かみかみの日】 ごはん たこのいそべあげ つぼづけあえ じゃがいもとあつあげの煮物	たこのいそべあげ とり肉　あつあげ	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ　つぼづけ たまねぎ （こんにゃく）	米 じゃがいも　さとう でんぷん	油
17 日 (金)	牛乳	麦ごはん さんまのしょうが煮 きりぼしだいこんのぽんずあえ ぶた汁	さんま ツナ ぶた肉　とうふ みそ	牛乳	こまつな にんじん 青ねぎ	しょうが きりぼしだいこん はくさい　ごぼう	米　麦 さとう	
21 日 (火)	牛乳	【お月見こんだて】 麦ごはん ほっけの一夜干し ひじきのごまドレあえ さといものみそ煮	ほっけ一夜干し ツナ とり肉　あつあげ みそ	牛乳 ひじき	さやいんげん にんじん	きゅうり だいこん	米　麦 さといも　さとう	ドレッシング
22 日 (水)	牛乳	ごはん ぶた肉の香味あげ キャベツのゆかりあえ けんちん汁	ぶた肉 とうふ　油あげ	牛乳	赤じそ にんじん　青ねぎ	しょうが キャベツ ごぼう （こんにゃく）	米 でんぷん	油
24 日 (金)	牛乳	麦ごはん そぼろどんぶり ごぼうのからあげ トッポギスープ	とり肉　ぶた肉	牛乳 わかめ	ほうれんそう チンゲンサイ にんじん	しょうが　にんにく もやし　とうもろこし ごぼう たまねぎ	米　麦 さとう でんぷん トッポギ	ごま油 油
27 日 (月)	牛乳	キャロットピラフ とり肉のマスタード焼き こんさいのガーリックいため コンソメスープ	とり肉 ベーコン	牛乳 くきわかめ	キャロットピラフの素 にんじん	にんにく　れんこん　ごぼう キャベツ　たまねぎ マッシュルーム	米 でんぷん	オリーブ油
28 日 (火)	牛乳	【はちまんの日】 麦ごはん さわらの竜田あげ 赤こんの和風あえ 打ち豆汁	さわら 打ち豆　とうふ 油あげ　みそ	牛乳	こまつな にんじん　青ねぎ	しょうが キャベツ　（赤こんにゃく） だいこん	米　麦 でんぷん	油 ドレッシング
29 日 (水)	牛乳	ごはん 焼きぎょうざ もやしのささみあえ 八宝菜	ぎょうざ とり肉 ぶた肉　あつあげ	牛乳	チンゲンサイ　にんじん	きゅうり　もやし たけのこ　たまねぎ はくさい	米 でんぷん	ごま油
30 日 (木)	牛乳	ごはん プレーンオムレツ コーンサラダ 秋の実りカレー	プレーンオムレツ ツナ とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ　とうもろこし たまねぎ　しめじ まいたけ　りんご	米 さつまいも	ドレッシング カレールウ

☆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。

「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムをととのえよう！