



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	
1日	水	牛乳 こくとう コッパン	とり肉のマスタード焼き アスパラサラダ コンソメスープ	とり肉	牛乳	赤ピーマン アスパラガス にんじん	にんにく キャベツ だいこん マッシュルーム	こくとうコッパン	でんぷん	ドレッシング
2日	木	牛乳 ごはん	かつおフライ さやいんげんのごまあえ 若竹汁 かしわもち	かつおフライ とり肉 かまぼこ	牛乳	さやいんげん にんじん	もやし たけのこ たまねぎ	米	かしわもち	油 ごま
7日	火	牛乳 麦ごはん	おろしとうふハンバーグ きんぴらごぼう あおさのみそ汁 きんとき豆煮	とうふハンバーグ さつまあげ 油あげ みそ	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう えのきたけ たまねぎ	米 麦 さとう でんぷん じゃがいも きんとき豆	ごま油	
8日	水	牛乳 ごはん	わかさぎのいそべからあげ 赤こんとピーマンのみそいため すりみだんごとやさいの煮物	みそ とり肉 やさいすりみだんご	牛乳 わかさぎ 青のり	ピーマン にんじん さやいんげん	(赤こんにゃく) だいこん	米 でんぷん さとう さといも	油 ごま ごま油	
9日	木	牛乳 中華めん	中華あんかけ汁 あげいもち もやしのツナあえ チーズ	ぶた肉 ツナ	牛乳 チーズ	にんじん チンゲンサイ	しいたけ たまねぎ はくさい もやし きゅうり	中華めん でんぷん いもち さとう	油 ドレッシング ごま油	
10日	金	牛乳 クロワッサン	かぼちゃクロック 春キャベツのコンソメ煮 フルーツポンチ	とり肉	牛乳	かぼちゃクロック にんじん	春キャベツ たまねぎ マッシュルーム みかんシロップづけ	クロワッサン ゼリー(りんご、ぶどう、 マスカット)	油	
13日	月	牛乳 ごはん	ぶた肉のみそがらめ ほうれんそうのかつおあえ きりほしだいこの煮物	ぶた肉 みそ かつおぶし あつあげ さつまあげ	牛乳	ほうれんそう にんじん さやいんげん	しょうが もやし きりほしだいこん (こんにゃく)	米 でんぷん さとう じゃがいも	油	
14日	火	牛乳 麦ごはん	さばのぼんずがけ ひじき豆煮 貝だくさんぶた汁	さば ちくわ 大豆 ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 ひじき	にんじん 青ねぎ	(赤こんにゃく) だいこん ごぼう	米 麦 さとう	油	
15日	水	牛乳 コッパン	焼きウインナー キャベツのカレーソテー コーンスープ	ウインナー とり肉 豆乳	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ マッシュルーム とうもろこし	コッパン	油 ホワイトルウ	
16日	木	牛乳 ごはん	ピピンパ あげかぼちゃ ビーフンスープ	とり肉 ぶた肉	牛乳	こまつな かぼちゃ にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく とうもろこし もやし たまねぎ しいたけ	米 さとう ピーフン	ごま油 油	
17日	金	牛乳 麦ごはん	いかのバジル焼き ブロッコリーのサラダ チキンカレー	いか とり肉	牛乳	バジル ブロッコリー 黄ピーマン にんじん	たまねぎ りんご	米 麦 じゃがいも	ドレッシング カレールウ	
20日	月	牛乳 ごはん	あじのしょうが煮 じゃがいものごまドレあえ だいこんのみそ汁	あじ 油あげ とうふ みそ	牛乳	さやいんげん にんじん 青ねぎ	しょうが だいこん えのきたけ	米 さとう じゃがいも	ドレッシング	
21日	火	牛乳 麦ごはん	肉だんごのチリソース きゅうりの中華あえ あつあげのスープ	肉だんご とり肉 あつあげ	牛乳	青ねぎ にんじん	白ねぎ にんにくしょうが にんにく きゅうり たまねぎ エリンギ	米 麦 さとう	油 ごま油	
22日	水	牛乳 ごはん	さわらのみそだれがけ こんぶのいため煮 白玉汁	さわら みそ さつまあげ とり肉	牛乳 こんぶ	にんじん 青ねぎ	(赤こんにゃく) はくさい ごぼう	米 さとう 白玉もち	油 ごま油	
23日	木	牛乳 ソフトめん	わかめうどん汁 かきあげ キャベツとぶた肉の塩こうじいため	とり肉 油あげ ぶた肉	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ やさいかきあげ キャベツ	ソフトめん	油	
24日	金	牛乳 麦ごはん	にら入りたまご焼き たけのこのかつおいため かぼちゃの豆乳みそ汁	たまご ツナ おから かつおぶし ぶた肉 油あげ 豆乳 みそ	牛乳	にら にんじん かぼちゃ 青ねぎ	なめたけ たけのこ たまねぎ	米 麦 さとう	ごま油	
27日	月	牛乳 ごはん	焼きぎょうざ はるさめサラダ ホイコーロー	ぎょうざ ぶた肉 あつあげ 赤みそ	牛乳	赤ピーマン にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	米 はるさめ さとう でんぷん	ドレッシング	
28日	火	牛乳 麦ごはん	白身魚のレモンソース チンゲンサイの和風あえ だいこんのカレー煮	白身魚(ホキ) ちくわ とり肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん さやいんげん	レモン もやし たまねぎ だいこん	米 麦 でんぷん さとう	油 ドレッシング カレールウ	
29日	水	牛乳 コッパン	ポテトカップグラタン パプリカサラダ トマトスープ	大豆 ウインナー	牛乳	赤ピーマン 黄ピーマン トマト にんじん	キャベツ たまねぎ はくさい マッシュルーム	コッパン ポテトカップグラタン さとう	ドレッシング	
30日	木	牛乳 ごはん	ささみ天ぷら ごぼうとツナのサラダ かきたま汁	とり肉 ツナ とうふ かまぼこ たまご	牛乳	青ねぎ	ごぼう きゅうり たまねぎ えのきたけ	米 天ぷら粉 でんぷん	油 ドレッシング	
31日	金	牛乳 麦ごはん	さけの香味だれ もやしのつぼづけあえ ぶたじゃが	さけ ぶた肉	牛乳	こまつな さやいんげん	白ねぎ にんにくしょうが もやし つぼづけ たまねぎ (赤こんにゃく)	米 麦 でんぷん さとう	ごま油 じゃがいも	

☆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。 **太字**は近江八幡市産、**下線**は滋賀県産の食材です。