



日	曜日	献立		主な材料						
				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	木	牛乳	ごはん	やきとり キャベツのつぼづけあえ たまねぎのみそ汁	とり肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	にんじん	白ねぎ キャベツ つぼづけ たまねぎ えのきたけ	米 さとう でんぷん	
2日	金	牛乳	麦ごはん	かつおフライ いんげんのごまあえ 若竹汁 かしわもち 端午の節句献立	かつおフライ とり肉 かまぼこ	牛乳	わかめ さやいんげん にんじん	もやし たけのこ たまねぎ	米 麦 かしわもち	油 ごま
7日	水	牛乳	ごはん	焼ききょうぎ 春雨サラダ 豆腐の中華うま煮	きょうぎ ツナ ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	きゅうり たまねぎ はくさい (赤こんにゃく) たまねぎ	米 はるさめ でんぷん	ドレッシング ごま油
8日	木	牛乳	ソフトめん	わかさぎの磯辺から揚げ 赤こんとピーマンのみそ炒め 近江牛の肉うどん汁 かみかみ大豆	みそ 牛肉(近江牛) かまぼこ かみかみ大豆	牛乳	わかさぎ 青ねぎ あおのり はちまんの日	ピーマン 青ねぎ	ソフトめん でんぷん さとう	油 ごま油
9日	金	牛乳	麦ごはん	てりやきハンバーグ キャベツのかつおあえ 具だくさんみそ汁	ハンバーグ かつおぶし あつあげ みそ 減塩の日	牛乳	ほうれんそう にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ	米 麦 さとう でんぷん じゃがいも	
12日	月	牛乳	ごはん	いかなゲット ブロッコリーサラダ チキンカレー オレンジゼリー	いかなゲット とり肉	牛乳	ブロッコリー 赤ピーマン にんじん	とうもろこし たまねぎ りんご	米 じゃがいも オレンジゼリー	油 ドレッシング カレールウ
13日	火	牛乳	麦ごはん	さわらのねぎ塩だれ きんぴらごぼう あおさのみそ汁	さわら ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	あおさのり にんじん	白ねぎ ごぼう たまねぎ えのきたけ	米 麦 さとう	ドレッシング ごま油
14日	水	牛乳	コッパパン	ミートボールのケチャップがらめ ビーンズサラダ 春キャベツのスープ煮	ミートボール ミックスビーンズ とり肉	牛乳	にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ マッシュルーム	コッパパン さとう	油 ドレッシング
15日	木	牛乳	ごはん	とりの塩こうじ焼き 切干大根のゴマドレあえ じゃがいもと厚揚げの煮物	とり肉 ツナ あつあげ かみかみの日	牛乳	にんじん さやいんげん	切干大根 たまねぎ (こんにゃく)	米 さとう じゃがいも	ドレッシング
16日	金	牛乳	麦ごはん	いわしの南蛮漬け ひじき豆煮 ぶた汁	いわし さつまあげ 大豆 ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	ひじき にんじん 青ねぎ	たまねぎ だいこん ごぼう	米 麦 さとう でんぷん	油
19日	月	牛乳	ごはん	ささみの天ぷら にんじんのツナあえ かき玉汁	とり肉 ツナ かまぼこ とうふ たまご	牛乳	にんじん こまつな 青ねぎ	たまねぎ えのきたけ	米 天ぷら粉 さとう でんぷん	油
20日	火	牛乳	麦ごはん	厚揚げの香味あんかけ くきわかめのかつお炒め とりつくね汁	あつあげ さつまあげ かつおぶし とりだんご	牛乳	にんじん	白ねぎ キャベツ だいこん しいたけ	米 麦 さとう でんぷん	ごま油
21日	水	牛乳	ごはん	ぶた肉のしょうが炒め ごぼうのから揚げ かぼちゃのみそ汁	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳	ピーマン かぼちゃ 青ねぎ	たまねぎ ごぼう しめじ	米 でんぷん	油
22日	木	牛乳	中華めん	揚げエビシューマイ だいこんの中華あえ ちゃんぽん汁 チーズ	えびシューマイ ぶた肉 なると	牛乳	チーズ チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	だいこん キャベツ とうもろこし	中華めん	油 ごま油
23日	金	牛乳	麦ごはん	さばのみそだれかけ 味付けきゅうり じゃがいものそぼろ煮	さば みそ とり肉	牛乳	にんじん	きゅうり たまねぎ (こんにゃく) えだ豆	米 麦 さとう じゃがいも でんぷん	油 ごま
26日	月	牛乳	ごはん	とり肉のレモンソース なめたけあえ ゆばのすまし汁 和食の日	とり肉 かまぼこ	牛乳	ほうれんそう にんじん みつば	レモン キャベツ なめたけ たまねぎ	米 でんぷん さとう	油
27日	火	牛乳	麦ごはん	ねぎ入り卵焼き 小松菜のしそひじきあえ 大根のカレー煮	たまご ツナ おから ぶた肉 あつあげ	牛乳	しそひじき つくだ煮 青ねぎ こまつな にんじん さやいんげん	もやし たまねぎ だいこん	米 麦	油 カレールウ
28日	水	牛乳	コッパパン	さけのマスタード焼き アスパラサラダ グリーンポターージュ 食育の日・はちまんの日	さけ 豆乳	牛乳	アスパラガス 赤ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	コッパパン でんぷん じゃがいも	ドレッシング ホワイトルウ
29日	木	牛乳	ごはん	ぶた肉の韓国風炒め 揚げかぼちゃ トッポギスープ	ぶた肉	牛乳	にら かぼちゃ にんじん チンゲンサイ	たまねぎ はくさい しめじ	米 はるさめ さとう トッポギ	ごま油 油
30日	金	牛乳	麦ごはん	あじの竜田揚げ わかめの酢の物 豆腐のみそ汁	あじ ツナ とうふ 油あげ みそ	牛乳	わかめ にんじん 青ねぎ	きゅうり たまねぎ	米 麦 でんぷん さとう	油

☆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。