



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
2日	火	牛乳	麦ごはん	焼きぎょうざ 春雨サラダ ホイコーロー	ぎょうざ ぶた肉 あつあげ 赤みそ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	もやし たまねぎ キャベツ	米 麦 はるさめ さとう でんぱん	ドレッシング
3日	水	牛乳	コッパパン	まぐろフライ じゃことわかめのサラダ とり肉とトマトのスープ	まぐろフライ とり肉	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ	にんじん トマト	きゅうり とうもろこし たまねぎ マッシュルーム	コッパパン じゃがいも さとう	油 ドレッシング
4日	木	牛乳	ごはん	てりやきハンバーグ ブロッコリーの和風あえ じゃがいものみそ汁	ハンバーグ ツナ 油あげ みそ	牛乳	ブロッコリー 青ねぎ	キャベツ たまねぎ	米 さとう でんぱん じゃがいも	ドレッシング
5日	金	牛乳	麦ごはん	さけの竜田揚げ かぼちゃサラダ かき玉汁 なし	さけ かまぼこ とうふ たまご	牛乳	かぼちゃ さやいんげん にんじん 青ねぎ	たまねぎ えのきたけ なし	米 麦 でんぱん	油 ドレッシング
8日	月	牛乳	ごはん	春巻き マーボーなす 中華スープ	ぶた肉 赤みそ とり肉	牛乳	にんじん 青ねぎ	はるまき たまねぎ ねぎ はくさい しめじ とうもろこし	米 さとう でんぱん	油
9日	火	牛乳	麦ごはん	さばのみそだれかけ きんぴらごぼう ゆばのすまし汁	さば みそ とり肉 ゆば とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん みつば	ごぼう たまねぎ	米 麦 さとう	ごま油
10日	水	牛乳	ごはん	白身魚の磯辺から揚げ もやしのかつおあえ ぶたじゃが	白身魚(ホキ) かつおぶし ぶた肉	牛乳 あおのり	こまつな にんじん さやいんげん	もやし たまねぎ (赤こんにゃく)	米 でんぱん じゃがいも さとう	油
11日	木	牛乳	ごはん	チキンカツ キャベツサラダ レトルトカレー	とり肉	牛乳	赤ピーマン レトルトカレー (にんじん)	キャベツ きゅうり レトルトカレー (たまねぎ)	米 小麦粉 パン粉 レトルトカレー (じゃがいも)	油 ドレッシング
12日	金	牛乳	麦ごはん	さわらのかんきつ風味焼き ひじき豆煮 なめこのみそ汁	さわら 大豆 さつまあげ とうふ 油あげ みそ	牛乳 ひじき	にんじん 青ねぎ	だいこん なめこ	米 麦 さとう	油 ドレッシング
16日	火	牛乳	麦ごはん	厚揚げの肉みそがけ 切干大根のぼん酢あえ えび団子のすまし汁	あつあげ ぶた肉 赤みそ ツナ えびだんご	牛乳	こまつな にんじん 青ねぎ	切干大根 たまねぎ	米 麦 さとう	
17日	水	牛乳	コッパパン	ポテトキッシュ (チーズ入り洋風卵焼き) フレンチサラダ トマトスープ	たまご ウインナー 大豆	牛乳 チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん マッシュルーム	コッパパン じゃがいも さとう	ドレッシング
18日	木	牛乳	ごはん	いわしの南蛮漬け 近江牛と赤こんのしぐれ煮 丁字ふのみそ汁	いわし 牛肉(近江牛) みそ	牛乳 わかめ	にんじん 青ねぎ	たまねぎ ごぼう (赤こんにゃく) はくさい	米 でんぱん さとう 丁字ふ	油
19日	金	牛乳	麦ごはん	とり肉のから揚げ いんげんのごまあえ 根菜汁	とり肉 とうふ	牛乳	さやいんげん にんじん 青ねぎ	もやし だいこん	米 麦 でんぱん さといも	油 ごま ごま油
22日	月	牛乳	キャロット ピラフ	いかのピザソース焼き キャベツのベーコンソテー 冬瓜のコンソメスープ ぶどうゼリー	いか とり肉 ベーコン	牛乳 八幡東中 給食委員会が考えた献立	にんじん 赤ピーマン ピーマン	とうもろこし キャベツ たまねぎ とうがん マッシュルーム	米 ぶどうゼリー	油
24日	水	牛乳	ごはん	とり肉とれんごんの甘辛揚げ にんじんのツナあえ 赤だし	とり肉 ツナ とうふ 油あげ みそ 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな 青ねぎ	れんこん たまねぎ	米 でんぱん さとう	油
25日	木	牛乳	ごはん	ぶた肉のスタミナ焼き きゅうりともやしの青じそあえ ちゃんこ汁	ぶた肉 とりだんご	牛乳	にら にんじん 青ねぎ	たまねぎ きゅうり もやし しめじ はくさい	米 さとう	ごま油
26日	金	牛乳	麦ごはん	さんまのかば焼き キャベツのなめたけあえ さつまいものみそ汁	さんま 油あげ みそ	牛乳	ほうれんそう 青ねぎ	キャベツ なめたけ たまねぎ	米 麦 でんぱん さとう さつまいも	油
29日	月	牛乳	ごはん	ヤンニョムチキン ナムル トッポギスープ	とり肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	もやし たまねぎ しいたけ	米 でんぱん さとう トッポギ	油 ドレッシング
30日	火	牛乳	麦ごはん	あじのしょうが焼き きゅうりの酢の物 ぶた汁	あじ ツナ ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	きゅうり だいこん	米 麦 さとう でんぱん さといも	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。 **赤字**は近江八幡市産、下線は滋賀県産の食材です。