



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	きなこパン	キャベツとコーンのサラダ ポークビーンズ ヨーグルト	きな粉 とり肉 大豆 ぶた肉	生乳 ヨーグルト	にんじん トマト	キャベツ とうもろこし たまねぎ	コッパパン さとう じゃがいも	油 ドレッシング
2日	木	牛乳	ごはん	ほっけの一夜干し 大根の昆布あえ 筑前煮	ほっけ とり肉	生乳 こんぶ	にんじん さいいんげん	きゅうり だいこん れんこん ごぼう しいたけ	米 さとう さとう	油
3日	金	牛乳	麦ごはん	シャキシャキそぼろ丼 のりしおポテト 白菜のみそ汁 かみかみの日	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	生乳 あおのり	にんじん 青ねぎ	たまねぎ 切干大根 はくさい しめじ	米 麦 さとう でんぱん じゃがいも	油
6日	月	牛乳	ごはん	てりやきつくね きゅうりの酢の物 さといも汁 お月見団子 お月見献立	とりつくね ちくわ 油あげ みそ	生乳	にんじん 青ねぎ	きゅうり だいこん (赤こんにゃく) えのきたけ	米 さとう でんぱん さといも 月見団子	
7日	火	牛乳	麦ごはん	厚揚げの香味あんかけ ピーマン入り野菜炒め わかめスープ	あつあげ ぶた肉	生乳 わかめ	赤ピーマン ピーマン にんじん 青ねぎ	白ねぎ もやし たまねぎ しめじ	米 麦 さとう でんぱん ピーマン	ごま油
8日	水	牛乳	ごはん	白身魚のレモンソース つぼづけあえ じゃがいものそぼろ煮 食育の日・はちまんの日	白身魚(ホキ) とり肉	生乳	にんじん	レモン えだ豆 キャベツ つぼづけ たまねぎ (こんにゃく)	米 さとう じゃがいも でんぱん	油
9日	木	牛乳	中華めん	揚げ野菜シューマイ きゅうりの中華あえ ねぎ塩ラーメン汁 チーズ	ツナ ぶた肉 なると	生乳 チーズ	にんじん 青ねぎ	野菜シューマイ きゅうり とうもろこし もやし	中華めん	油 ドレッシング
10日	金	牛乳	麦ごはん	オムレツ ブロッコリーサラダ かぼちゃカレー 目の愛護デー	オムレツ とり肉	生乳	ブロッコリー にんじん かぼちゃ	キャベツ たまねぎ りんご	米 麦	ドレッシング カレールウ
14日	火	牛乳	麦ごはん	さわらのしょうが焼き いんげんのごまあえ 大根のみそ煮	さわら とり肉 みそ	生乳	さいいんげん にんじん	もやし だいこん (赤こんにゃく)	米 麦 さとう でんぱん さといも	ごま
15日	水	牛乳	コッパパン	牛肉コロケ イタリアンサラダ きのこクリームスープ	ミートボール 豆乳	生乳	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ まいたけ しめじ とうもろこし	コッパパン 牛肉コロケ	油 ドレッシング ホワイトルウ
16日	木	牛乳	ごはん	さばの塩焼き 白菜のポン酢あえ けんちん汁 柿 和食の日	さば ツナ とうふ	生乳	こまつな にんじん 青ねぎ	はくさい だいこん ごぼう 柿	米 さとう	油
17日	金	牛乳	麦ごはん	とり肉の天ぷら れんこんの和風サラダ かぼちゃのみそ汁	とり肉 油あげ みそ	生乳	かぼちゃ 青ねぎ	れんこん きゅうり たまねぎ	米 麦 天ぷら粉	油 ドレッシング
20日	月	牛乳	ごはん	さけの竜田揚げ 春雨の酢の物 白玉汁 減塩の日	さけ とり肉 かまぼこ とうふ	生乳	にんじん 青ねぎ	きゅうり たまねぎ しいたけ	米 さとう でんぱん はるさめ 白玉もち	油 ごま油
21日	火	牛乳	麦ごはん	千草焼き くさわかめのかつお炒め 豆腐のみそ汁	たまご ツナ おから みそ さつまあげ かつおぶし とうふ 油あげ	生乳 くさわかめ	ほうれんそう 青ねぎ	キャベツ たまねぎ えのきたけ	米 麦 さとう さといも	ごま油
22日	水	牛乳	ごはん	たらちりソース 小松菜の香味あえ ワンタンスープ	たら	生乳	こまつな にんじん にら	白ねぎ もやし はくさい しめじ	米 さとう ワンタン でんぱん	油 ドレッシング
23日	木	牛乳	ソフトめん	大学いも ぶた肉とたけのこのみそ炒め きつねうどん汁	ぶた肉 みそ とり肉 油あげ	生乳	ピーマン にんじん 青ねぎ	たけのこ たまねぎ	ソフトめん さつまいも さとう でんぱん	油 ごま油
24日	金	牛乳	麦ごはん	とり肉の塩こうじ焼き 元気サラダ なめこと厚揚げのみそ汁	とり肉 ハム かつおぶし あつあげ みそ おはなし給食	生乳 こんぶ	にんじん 青ねぎ	キャベツ きゅうり とうもろこし だいこん なめこ	米 麦 さとう	油
27日	月	牛乳	ごはん	春巻き チンゲンサイの中華あえ マーボー豆腐	とうふ ぶた肉 赤みそ みそ	生乳	チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	はるまき たまねぎ たけのこ しいたけ	米 さとう でんぱん	油 ごま油
28日	火	牛乳	麦ごはん	焼きししゃも 大根の和風あえ 近江牛のすきやき煮 はちまんの日	生乳(近江牛) とうふ	生乳 ししゃも	にんじん 青ねぎ	だいこん たまねぎ はくさい えのきたけ (赤こんにゃく)	米 麦 丁字ふ さとう	油 ドレッシング
29日	水	牛乳	コッパパン	いかのバジル焼き コロネーションサラダ コンソメスープ	いか とり肉 ウインナー	生乳	バジル にんじん	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	ドレッシング
30日	木	牛乳	ごはん	おろしハンバーグ もやしとほうれん草のかつおあえ かき玉汁	ハンバーグ かつおぶし かまぼこ とうふ たまご	生乳	にんじん ほうれんそう 青ねぎ	だいこん もやし たまねぎ えのきたけ	米 さとう でんぱん	
31日	金	牛乳	麦ごはん	いわしのかば焼き キャベツのなめたけあえ さつま汁	いわし とり肉 みそ	生乳	こまつな にんじん 青ねぎ	キャベツ なめたけ だいこん	米 麦 さとう さつまいも でんぱん	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。