



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	月	牛乳	ごはん	白身魚のバジル焼き キャベツとコーンのソテー チキンカレー	白身魚(ホキ) とり肉	牛乳	バジル にんじん	キャベツ とうもろこし たまねぎ りんご	米 じゃがいも	油 カレールウ
2日	火	牛乳	麦ごはん	ミンチカツ 白菜の煮びたし 赤だし	ミンチカツ さつまあげ あつあげ みそ 赤みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	はくさい たまねぎ なめこ	米 麦 さとう	油
3日	水	牛乳	コッパパン	トマトオムレツ ブロッコリーソテー 米粉マカロニグラタン煮	トマトオムレツ ウインナー 豆乳	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ たまねぎ マッシュルーム	コッパパン 米粉マカロニ	ドレッシング ホワイトルウ
4日	木	牛乳	ごはん	さけの竜田揚げ きんぴらごぼう のっぺい汁	さけ さつまあげ とり肉	牛乳	にんじん 青ねぎ	ごぼう (赤こんにゃく) だいこん しいたけ	米 でんぷん さとう さといも	油 ごま油
5日	金	牛乳	麦ごはん	ヤンニョムチキン ビーフン入り野菜炒め わかめスープ みかん	とり肉 とうふ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん 青ねぎ	もやし たまねぎ えのきたけ みかん	米 麦 でんぷん さとう ビーフン	油 ごま油
8日	月	牛乳	ごはん	わかさぎの甘酢がらめ かぶのそぼろ煮 さつまいものみそ汁	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	牛乳 わかさぎ	にんじん 青ねぎ	かぶ ごぼう	米 でんぷん さとう さつまいも	油
9日	火	牛乳	麦ごはん	厚揚げの甘辛あんかけ キャベツの塩こうじ炒め けんちん汁	あつあげ ぶた肉 とうふ	牛乳	ピーマン にんじん 青ねぎ	キャベツ だいこん ごぼう	米 麦 さとう でんぷん	油
10日	水	牛乳	ごはん	さばの塩焼き にんじんのごま炒め 近江牛のすきやき煮	さば 牛肉(近江牛) とうふ	牛乳	にんじん さやいんげん 青ねぎ	たまねぎ はくさい えのきたけ (赤こんにゃく)	米 さとう	油 ごま
11日	木	牛乳	ソフトめん	焼きぎょうざ チンゲンサイの中華炒め ちゃんぽん汁 チーズ	ぎょうざ ぶた肉 なると	牛乳 チーズ	チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	もやし キャベツ とうもろこし	ソフトめん	ごま油
12日	金	牛乳	麦ごはん	とり肉の天ぷら 切干大根のツナ炒め 白玉汁	とり肉 ツナ	牛乳	こまつな にんじん 青ねぎ	切干大根 たまねぎ しいたけ	米 麦 天ぷら粉 さとう 白玉もち	油
15日	月	牛乳	ごはん	揚げえび団子 北之庄菜のくず煮 わかめのみそ汁	えびだんご あつあげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん 青ねぎ	北之庄菜 たまねぎ しめじ	米 でんぷん じゃがいも	油
16日	火	牛乳	麦ごはん	さわらのみそ焼き 小松菜とにんじんのぼん酢炒め おでん	さわら みそ とり肉 あつあげ ちくわ	牛乳 こんぶ	にんじん こまつな	だいこん (赤こんにゃく)	米 麦 さとう さといも	油
17日	水	牛乳	コッパパン	ハンバーグケチャップソース ポテトソテー キャベツのスープ煮	ハンバーグ とり肉	牛乳	にんじん	とうもろこし たまねぎ キャベツ マッシュルーム	コッパパン さとう じゃがいも	油
18日	木	牛乳	ごはん	とり肉とかぼちゃの甘辛揚げ もやし中華炒め 春雨スープ 米粉のガトーショコラ	とり肉 ぶた肉	牛乳	かぼちゃ ピーマン にんじん チンゲンサイ	もやし えのきたけ	米 でんぷん さとう はるさめ 米粉のガトー ショコラ	油 ごま油

☆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。