



日	曜日	献立		主な材料						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg) 食塩相当量(g)
		主食		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		
		牛乳	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1日	水	牛乳	コッパン チキンカツ 夏野菜のトマト煮 コンソメスープ	とり肉	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ ズッキーニ キャベツ とうもろこし マッシュルーム	コッパン 小麦粉 パン粉 さとう じゃがいも	油	785 35.9 322 3.5
2日	木	牛乳	ごはん あじの塩こうじから揚げ 五目豆煮 大根のみそ汁 <small>和食の日</small>	あじ 大豆 さつまあげ とうふ みそ 油あげ	牛乳	にんじん 青ねぎ	ごぼう (赤こんにゃく) だいこん えのきたけ	米 でんぱん さとう	油	709 30.4 357 2.5
3日	金	牛乳	麦ごはん ガパオライス風どんぶり 目玉焼き チンゲンサイのスープ <small>★ぱくぱくレシピグランプリ献立</small>	ぶた肉 あつあげ たまご	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ	たまねぎ (赤こんにゃく) もやし たけのこ しめじ	米 麦 さとう		672 25.7 309 2.0
6日	月	牛乳	ごはん さばのしょうが焼き キャベツのかりかり梅あえ 冬瓜のみそ汁	さば あつあげ みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	キャベツ うめぼし とうがん	米 さとう		717 26.9 303 2.6
7日	火	牛乳	麦ごはん てりやきハンバーグ ほうれんそうのかつおあえ セタ汁 <small>七夕献立</small> セタゼリー	ハンバーグ かつおがし とり肉 かまぼこ	牛乳	ほうれんそう にんじん オクラ	もやし たまねぎ	米 麦 さとう でんぱん はるさめ セタゼリー		709 26.9 479 2.0
8日	水	牛乳	ごはん こあゆの甘辛からめ きゅうりとわかめのごま酢あえ 近江牛の肉じゃが <small>食育の日・はちまんの日</small>	牛肉 (近江牛) こあゆ わかめ	牛乳	にんじん さやいんげん	きゅうり たまねぎ (赤こんにゃく)	米 でんぱん さとう じゃがいも	油 ごま	764 27.4 469 1.8
9日	木	牛乳	ごはん とり肉のから揚げ かみかみ中華あえ かきたまコーンスープ <small>かみかみの日</small>	とり肉 たまご	牛乳	にんじん チンゲンサイ	切干大根 たまねぎ えのきたけ とうもろこし	米 でんぱん	油 ドレッシング	768 28.5 311 2.3
10日	金	牛乳	麦ごはん とうふナゲット 夏野菜カレー フルーツポンチ	とうふナゲット ぶた肉	牛乳	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ なす りんご ズッキーニ みかん	米 麦 ゼリー	油 カレールウ	843 22.3 320 2.8

☆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。



令和7年度「親子でチャレンジ！ぱくぱくレシピ」受賞作品の紹介

令和7年度「親子でチャレンジ！ぱくぱくレシピ」のご応募ありがとうございました。

テーマは「ふるさと食材を使ったごはんがすすむレシピ」です。詳しいレシピは、ホームページをご覧ください。

グランプリ賞

☆☆☆

ガパオライス風どんぶり

7月3日に実施します！

準グランプリ賞

- 野菜がおいしく香る ぱくぱくドライカレー
- ナスの豚バラと赤こんにゃくのみそ煮

アイデア賞

- ごはんがすすむ！サバと近江野菜のトマト煮込み
- 信長ねぎのキャシュ・サンパート
- 無限赤こんにゃく
- オクラの塩きんぴら

令和8年度も「親子でチャレンジ！ぱくぱくレシピ」を募集します。

テーマは、「野菜をおいしく食べるぱくぱくレシピ」です。

ご案内は、後日配布予定です。

たくさんのご応募、お待ちしております。



近江八幡市学校給食センター
ホームページ

詳しくは、「近江八幡 ぱくぱくレシピ」
で検索してください。

