



日	曜日	献立		主な材料		
		主食	おかず	おもにエネルギーのもとになる	おもに体をつくるもとになる	おもに体の調子を整える
2日	月	牛乳 ごはん	えびのチリソース ピーマン入りやさい炒め 中華スープ	米 油 さとう ピーマン ごま油	牛乳 エビフリッター ぶた肉	白ねぎ しょうが にんにく ピーマン キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ しめじ
3日	火	牛乳 麦ごはん	あつあげのきのこあんかけ いそひたし かぼちゃのみそ汁	米 麦 さとう でんぷん	牛乳 あつあげ のり とうふ あぶらあげ みそ	えのきたけ まいたけ こまつな はくさい かぼちゃ たまねぎ 青ねぎ
4日	水	牛乳 きなこパン	フロッコリーサラダ ポトフ レモンゼリー	職場体験 中学生のこんだて コッペパン 油 さとう ドレッシング じゃがいも レモンゼリー	牛乳 きなこ ウィンナー	フロッコリー とうもろこし だいこん たまねぎ にんじん
5日	木	牛乳 ごはん	さばのみそだれかけ 和風あえ ちくぜん煮	米 さとう ドレッシング さといも 油	牛乳 さば みそ とり肉 大豆	しょうが キャベツ きゅうり にんじん れんこん ごぼう しいたけ (赤こんにゃく)
6日	金	牛乳 麦ごはん	とりのからあげ いんげんのごまあえ ゆばのすまし汁	米 麦 でんぷん 油 ごま	牛乳 とり肉 かまぼこ とうふ ゆば	にんにく しょうが さやいんげん にんじん たまねぎ 青ねぎ
10日	火	牛乳 麦ごはん	まぐろのあまからがらめ ほうれんそうのかつおあえ わかめのみそ汁 ブルーベリーゼリー	米 麦 油 さとう ブルーベリーゼリー	牛乳 まぐろ かつおぶし わかめ とうふ 油あげ みそ	ほうれんそう もやし たまねぎ にんじん 青ねぎ
11日	水	牛乳 ごはん	ささみのレモンソース キャベツのゆかりあえ かきたま汁	米 でんぷん 油 さとう	牛乳 とり肉 かまぼこ たまご	レモン キャベツ 赤しそ たまねぎ にんじん 青ねぎ えのきたけ
12日	木	牛乳 ソフトめん	ミートソース ポテトカップグラタン れんこんサラダ	ソフトめん 油 ハヤシルウ さとう ポテトカップグラタン ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん しょうが にんにく マッシュルーム れんこん 赤ピーマン きゅうり
13日	金	牛乳 麦ごはん	さわらのかんきつ風味焼き ごもく豆煮 ぶた汁	米 麦 油 ドレッシング さとう さといも	牛乳 さわら 大豆 さつま揚げ こんぶ ぶた肉 みそ	(赤こんにゃく) だいこん にんじん ごぼう 青ねぎ
16日	月	牛乳 ごはん	コーンシューマイ はるさめの中華あえ マーボーどうふ	米 はるさめ ドレッシング さとう でんぷん	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ 八丁みそ	コーンシューマイ もやし チンゲンサイ しいたけ たまねぎ たけのこ にんじん にんにく しょうが 青ねぎ
17日	火	牛乳 麦ごはん	あじのかば焼き くきわかめのかつ炒め じゃがいものみそ汁	米 麦 さとう 油 でんぷん ごま油 じゃがいも	牛乳 あじ 花かつお くきわかめ さつまあげ 油あげ みそ	キャベツ たまねぎ 青ねぎ
18日	水	牛乳 コッペパン	とりの肉のマーレード焼き フロッコリーサラダ パンプキンポタージュ	職場体験 食育の日・はちまんの日 コッペパン マーレード ドレッシング ホワイトルウ	牛乳 とり肉 豆乳	フロッコリー にんじん たまねぎ かぼちゃ
19日	木	牛乳 ごはん	ほっけの一夜干し きゅうりのつぼづけあえ だいこんとあつあげの煮物 柿	米 さといも さとう	牛乳 ほっけ とり肉 あつあげ ちくわ	きゅうり つぼづけ だいこん にんじん 柿
20日	金	牛乳 麦ごはん	かきあげ ぶた肉とキャベツのみそ炒め けんちん汁	米 麦 油 さとう	牛乳 ぶた肉 みそ とうふ 油あげ	やさいかきあげ キャベツ ピーマン しょうが ごぼう にんじん 青ねぎ (こんにゃく)
23日	月	牛乳 ごはん	ひじきそぼろどんぶり 揚げれんこん 白玉汁	米 さとう 油 白玉もち	牛乳 とり肉 ぶた肉 ひじき かまぼこ	しょうが にんじん れんこん たまねぎ 青ねぎ しいたけ
24日	火	牛乳 麦ごはん	とりの天ぷら きんぴらごぼう だいこんのみそ汁	米 麦 天ぷら粉 油 さとう	牛乳 とり肉 さつまあげ とうふ 油あげ みそ	ごぼう (赤こんにゃく) だいこん にんじん 青ねぎ えのきたけ
25日	水	牛乳 ごはん	さけの塩こうじやき きゅうりのすのもの さといも煮	米 さとう さといも	牛乳 さけ わかめ 糸かまぼこ とり肉	きゅうり にんじん たまねぎ さやいんげん
26日	木	牛乳 中華めん	あげぎょうざ ナムル とんこつラーメン汁 さつまいもとくりのタルト	中華めん 油 ドレッシング さつまいもとくりのタルト	牛乳 ぎょうざ ぶた肉 なると	もやし ほうれんそう 赤ピーマン にんじん キャベツ 青ねぎ
27日	金	牛乳 麦ごはん	ちくさやき かぼちゃの和風サラダ キャベツのみそ汁	米 麦 ドレッシング	牛乳 たまご ツナ おから あつあげ みそ	ほうれんそう かぼちゃ さやいんげん にんじん キャベツ たまねぎ
30日	月	牛乳 ごはん	いかのマスタード焼き 海そうサラダ さつまいもカレー	米 でんぷん さつまいも カレールウ じゃがいも	牛乳 いか 海そうミックス ぶた肉	にんにく きゅうり だいこん たまねぎ にんじん りんご
31日	火	牛乳 麦ごはん	肉だんごのケチャップがらめ もやしの香味あえ トッポギスープ	米 麦 油 さとう ドレッシング トッポギ	牛乳 肉だんご とり肉	にんにく しょうが もやし キャベツ にんじん たまねぎ エリンギ チンゲンサイ

☆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。