



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	火	牛乳 麦ごはん	焼きぎょうざ 春雨サラダ ホイコーロー	米 麦 はるさめ ドレッシング さとう でんぷん	牛乳 ぎょうざ ぶた肉 あつあげ 赤みそ	チンゲンサイ もやし にんじん たまねぎ キャベツ	
3日	水	牛乳 コッペパン	まぐろフライ じゃこわかめのサラダ とり肉とトマトのスープ	コッペパン 油 ドレッシング じゃがいも さとう	牛乳 まぐろフライ ちりめんじゃこ わかめ とり肉	きゅうり とうもろこし にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト	
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	米 さとう でんぷん ドレッシング じゃがいも	牛乳 ハンバーグ ツナ 油あげ みそ	ブロッコリー キャベツ たまねぎ 青ねぎ	
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 かみかみの日	米 麦 でんぷん 油 ドレッシング	牛乳 さけ かまぼこ とうふ たまご	かぼちゃ さやいんげん にんじん たまねぎ えのきたけ 青ねぎ なし	
8日	月	牛乳 ごはん	春巻き マーボーなす 中華スープ はちまんの日	米 油 さとう でんぷん	牛乳 ぶた肉 赤みそ とり肉	はるまき にんじん たまねぎ なす はくさい とうもろこし しめじ 青ねぎ	
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 和食の日	米 麦 さとう ごま油	牛乳 さば みそ とり肉 とうふ かまぼこ ゆば	にんじん ごぼう たまねぎ みつば	
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	米 油 じゃがいも でんぷん さとう	牛乳 白身魚(ホキ) あおのり かつおぶし ぶた肉	もやし こまつな にんじん たまねぎ さやいんげん (赤こんにゃく)	
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 防災献立	米 小麦粉 パン粉 油 ドレッシング レトルトカレー (じゃがいも)	牛乳 とり肉	キャベツ きゅうり 赤ピーマン レトルトカレー (にんじん たまねぎ)	
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	米 麦 油 ドレッシング さとう	牛乳 さわら ひじき さつまあげ 大豆 とうふ 油あげ みそ	にんじん だいこん なめこ 青ねぎ	
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	米 麦 さとう	牛乳 あつあげ ぶた肉 赤みそ ツナ えびだんご	切干大根 こまつな にんじん たまねぎ 青ねぎ	
17日	水	牛乳 コッペパン	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	コッペパン じゃがいも ドレッシング さとう	牛乳 たまご ウインナー チーズ 大豆	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん だいこん マッシュルーム トマト	
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 食育の日・はちまんの日	米 油 でんぷん さとう 丁字ふ	牛乳 いわし 牛肉(近江牛) わかめ みそ	たまねぎ ごぼう (赤こんにゃく) にんじん はくさい 青ねぎ	
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	米 麦 でんぷん 油 ごま さといも ごま油	牛乳 とり肉 とうふ	さやいんげん もやし だいこん にんじん 青ねぎ	
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 ごとうゼリー 八幡東中 給食委員会が考えた献立	米 油 ごとうゼリー	牛乳 いか パーコン とり肉	にんじん とうもろこし 赤ピーマン キャベツ ピーマン たまねぎ とうがん マッシュルーム	
24日	水	牛乳 ごはん	とり肉とれんこんの甘辛揚げ にんじんのツナあえ 赤だし	米 でんぷん 油 さとう	牛乳 とり肉 ツナ とうふ 油あげ わかめ みそ 赤みそ	れんこん にんじん こまつな たまねぎ 青ねぎ	
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	米 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 とりだんご	たまねぎ にら きゅうり もやし にんじん はくさい しめじ 青ねぎ	
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	米 麦 でんぷん 油 さとう さつまいも	牛乳 さんま 油あげ みそ	キャベツ ほうれんそう なめたけ たまねぎ 青ねぎ	
29日	月	牛乳 ごはん	ヤンニョムチキン ナムル トッポグスープ	米 でんぷん 油 さとう ドレッシング トッポギ	牛乳 とり肉	チンゲンサイ もやし にんじん たまねぎ しいたけ 青ねぎ	
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 がた汁 減塩の日	米 麦 油 さとう でんぷん さといも	牛乳 あじ ツナ ぶた肉 とうふ みそ	きゅうり にんじん だいこん 青ねぎ	

☆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。