



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
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	<b>米</b> 油 じゃがいも カレールウ	<b>牛乳</b> 白身魚(ホキ) とり肉	バジル <b>キャベツ</b> とうもろこし たまねぎ にんじん りんご
2日	火	牛乳 麦ごはん	ミンチカツ 白菜の煮びたし 赤だし	<b>米</b> 麦 油 さとう	<b>牛乳</b> ミンチカツ さつまあげ あつあげ みそ 赤みそ	にんじん <b>はくさい</b> たまねぎ なめこ <b>青ねぎ</b>
3日	水	牛乳 コッペパン	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	<b>コッペパン</b> ドレッシング 米粉マカロニ ホワイトルウ	<b>牛乳</b> トマトオムレツ ウインナー 豆乳	ブロッコリー <b>キャベツ</b> たまねぎ にんじん マッシュルーム
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 <b>減塩の日</b>	<b>米</b> でんぷん 油 さとう ごま油 さといも	<b>牛乳</b> さけ さつまあげ とり肉	ごぼう (赤こんにゃく) にんじん <b>だいこん</b> しいたけ <b>青ねぎ</b>
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 <b>職場体験の生徒が 考えた献立(八幡東中学校)</b>	<b>米</b> 麦 でんぷん 油 さとう ビーフン ごま油	<b>牛乳</b> とり肉 とうふ わかめ	<b>ほうれんそう</b> もやし にんじん たまねぎ えのきたけ <b>青ねぎ</b> みかん
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 <b>食育の日・はちまんの日</b>	<b>米</b> でんぷん 油 さとう さつまいも	<b>牛乳</b> <b>わかさぎ</b> ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	<b>かぶ</b> にんじん ごぼう <b>青ねぎ</b>
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	<b>米</b> 麦 さとう でんぷん 油	<b>牛乳</b> あつあげ ぶた肉 とうふ	<b>キャベツ</b> ピーマン <b>だいこん</b> にんじん ごぼう <b>青ねぎ</b>
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	<b>米</b> 油 さとう ごま	<b>牛乳</b> さば <b>生肉(近江牛)</b> とうふ	にんじん さやいんげん たまねぎ <b>はくさい</b> えのきたけ (赤こんにゃく) <b>青ねぎ</b>
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	<b>ソフトめん</b> ごま油	<b>牛乳</b> ぎょうざ ぶた肉 なた	<b>チンゲンサイ</b> もやし <b>キャベツ</b> にんじん とうもろこし <b>青ねぎ</b>
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 すまし汁 <b>かみかみの日</b>	<b>米</b> 麦 天ぷら粉 油 さとう	<b>牛乳</b> とり肉 ツナ とうふ	切干大根 こまつな にんじん たまねぎ しいたけ <b>青ねぎ</b>
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	<b>米</b> 油 でんぷん じゃがいも	<b>牛乳</b> えびだんご あつあげ わかめ みそ	<b>北之庄菜</b> にんじん たまねぎ しめじ <b>青ねぎ</b>
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 <b>和食の日</b>	<b>米</b> 麦 さとう 油 さといも	<b>牛乳</b> さわら みそ とり肉 あつあげ ちくわ こんぶ	にんじん こまつな <b>だいこん</b> (赤こんにゃく)
17日	水	牛乳 コッペパン	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	<b>コッペパン</b> さとう じゃがいも 油	<b>牛乳</b> ハンバーグ とり肉	とうもろこし にんじん たまねぎ <b>キャベツ</b> マッシュルーム
18日	木	牛乳 ごはん	とり肉とかぼちゃの甘辛揚げ もやしの中華炒め 春雨スープ 米粉のガトーショコラ <b>冬至献立</b>	<b>米</b> でんぷん 油 さとう ごま油 はるさめ 米粉のガトーショコラ	<b>牛乳</b> とり肉 ぶた肉	かぼちゃ もやし ピーマン にんじん <b>チンゲンサイ</b> えのきたけ

☆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。