日曜日	献立名	体内での働き			主菜
		おもに体をつくる食品(赤)	おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体の調子を整える食品(緑)	
1 (火)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ほうれんそうのごまあえ とうがんの煮もの	牛乳 さば とり肉 油揚げ	米 米ぬか油 ごま さとう でん粉	ほうれんそう もやし とうがん にんじん しめじ さやえんどう	魚
2 (水)	ごはん 牛乳 こあゆのカリン揚げ じゃがいものうま煮 打ち豆汁 〈滋賀県の日〉 〈栗東食材の日〉	牛乳 こあゆ ぶた肉 油揚げ 滋賀県産大豆 みそ	米 滋賀県産米粉 米ぬか油 栗東産じゃがいも じゃがいも さとう	しょうが にんじん だいこん ごぼう ねぎ	魚
3 (木)	ごはん 牛乳 揚げぎょうざ (1,2年2こ 3~6年3こ) チンジャオロース風 中華スープ 〈栗東食材の日〉	牛乳 米粉ギョーザ チキンハム なた	米 米ぬか油	ビーマン 赤ビーマン たけのこ チンゲンサイ 栗東産たまねぎ にんじん 乾しいたけ ねぎ	肉
4 (金)	ごはん 牛乳 ぶた肉の香味焼き ひじきの炒り煮 とうふのすまし汁 〈栗東食材の日〉	牛乳 ぶた肉 ひじき ちくわ とうふ	米 さとう 米ぬか油	ねぎ 栗東産にんにく しょうが 赤こんにゃく さやいんげん にんじん 栗東産たまねぎ えのきたけ みつば	肉
7 (月)	黒糖パン 牛乳 星型ハンバーグ ジャーマンポテト せん切りやさいのスープ たなばたデザート 〈栗東食材の日〉	牛乳 ハンバーグ まぐろ	黒糖パン 米ぬか油 さとう じゃがいも 米粉マカロニ たなばたゼリー	とうもろこし キャベツ 栗東産たまねぎ にんじん パセリ	肉
8 (火)	ごはん 牛乳 まぐろの甘みそがらめ あじつけきゅうり つみれとやさいの煮もの 〈栗東食材の日〉	牛乳 まぐろ みそ とりにくだんご	米 でん粉 さとう 米ぬか油	しょうが 栗東産きゅうり きゅうり はくさい 栗東産たまねぎ 白ねぎ にんじん ごぼう	
9 (水)	ごはん 牛乳 とり肉の梅だれかけ きりぼしだいのそぼろ煮 なめこのみそ汁 〈栗東食材の日〉	牛乳 とり肉 ぶたひき肉 油揚げ みそ	米 米ぬか油 さとう でん粉	ばいにく きりぼしだいこん にんじん えだまめ なめこ 栗東産たまねぎ ねぎ	肉
10 (木)	ごはん 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き こまつなの炒めもの けんちん汁	牛乳 ぶた肉 さつま揚げ とうふ	米 さとう 米ぬか油 さといも	しょうが こまつな キャベツ だいこん にんじん ねぎ	
11 (金)	わかめごはん 牛乳 さけの照り焼き かぼちゃの煮もの とうがのみそ汁	わかめごはんの素 牛乳 さけ 油揚げ みそ	米 さとう 米ぬか油	かぼちゃ とうがん しめじ にんじん ねぎ	魚
14 (月)	ごはん 牛乳 白身魚の甘酢たれかけ チンゲンサイの炒めナムル わかめスープ	牛乳 たら とり肉 わかめ	米 でん粉 米ぬか油 さとう ごま ごま油	チンゲンサイ もやし たまねぎ にんじん えのきたけ にはら	
15 (火)	ごはん 飲むヨーグルト チキンナゲット (2こ) だいこんサラダ カレー 〈栗東食材の日〉	飲むヨーグルト チキンナゲット ぶた肉	米 米ぬか油 かんきつドレッシング じゃがいも カレールウ	だいこん 栗東産きゅうり きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん 栗東産にんにく りんご	
16 (水)	ごはん 牛乳 あじの塩こうじ揚げ なすとぶた肉のみそ炒め 夏のっぺ汁 いちごのアイス	牛乳 あじ ぶた肉 みそ	米 でん粉 滋賀県産米粉 米ぬか油 さとう さといも いちごのアイス	なす えだまめ しょうが とうがん おくら ごぼう にんじん こんにゃく	
17 (木)	ごはん 牛乳 スタミナどんぶりの具 キャベツのこんぶあえ じゃがいものみそ汁 〈栗東食材の日〉	牛乳 ぶた肉 塩こんぶ 油揚げ みそ	米 さとう 米ぬか油 じゃがいも	栗東産にんにく キャベツ こまつな にんじん 栗東産たまねぎ しめじ ねぎ	

材料の都合等により、献立を変更する場合があります。
 ○の日は、スプーンがあると食べやすいです。
 加工食品に含まれる食品添加物については、学校または給食センターへお問い合わせください。
 米は栗東産の環境こだわりコシヒカリを使用しています。
 右の主菜欄に「肉」マークがある日は、小学校、中学校ともに主菜が肉料理になっています。
 また「魚」マークがある日は、小学校、中学校ともに主菜が魚料理になっています。

お知らせ

急な献立変更(当日)の場合、「ウイナー」や「かつおふりかけ」に変更や、後日の代替品に「ぶどうゼリー」をつける場合があります。
 また、給食を提供できない場合には、急遽「救給カレー」に変更することがありますので、ご了承ください。

日曜日	献立	6つの基礎食品群						主菜
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		たんばく質を多く含む	カルシウムを多く含む	カロテンを多く含む	ビタミンCを多く含む	炭水化物を多く含む	脂質を多く含む	
1 (火)	ごはん 牛乳 こあゆのカリン揚げ じゃがいものうま煮 打ち豆汁 〈滋賀県の日〉 〈栗東食材の日〉	ぶた肉 油揚げ 滋賀県産大豆 みそ	牛乳 こあゆ	にんじん ねぎ	しょうが だいこん ごぼう	米 滋賀県産米粉 栗東産じゃがいも じゃがいも さとう	米ぬか油	魚
2 (水)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ほうれんそうのごまあえ とうがんの煮もの	さば とり肉 油揚げ	牛乳	ほうれんそう にんじん さやえんどう	もやし とうがん しめじ	米 さとう でん粉	米ぬか油 ごま	魚
3 (木)	ごはん 牛乳 焼きぎょうざ(3個) チンジャオロース風 中華スープ 〈栗東食材の日〉	米粉ギョーザ チキンハム なると	牛乳	ピーマン 赤ピーマン チンゲンサイ にんじん ねぎ	たけのこ 栗東産たまねぎ 乾しいたけ	米	米ぬか油	肉
4 (金)	ごはん 牛乳 ぶた肉の香味焼き ひじきの炒り煮 とうふのすまし汁 〈栗東食材の日〉	ぶた肉 ちくわ とうふ	牛乳 ひじき	ねぎ さやいんげん にんじん みつば	栗東産にんにく しょうが 赤こんにゃく 栗東産たまねぎ えのきたけ	米 さとう	米ぬか油	肉
7 (月)	黒糖パン 牛乳 星型ハンバーグ ジャーマンポテト せん切りやさいのスープ たなばたデザート 〈栗東食材の日〉	ハンバーグ まぐろ	牛乳	にんじん パセリ	とうもろこし キャベツ 栗東産たまねぎ	黒糖パン さとう じゃがいも 米粉マカロニ たなばたゼリー	米ぬか油	肉
8 (火)	ごはん 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き こまつなの炒めもの けんちん汁	ぶた肉 さつま揚げ とうふ	牛乳	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ だいこん	米 さとう さいとも	米ぬか油	
9 (水)	ごはん 牛乳 とり肉の梅だれかけ きりぼしだいこんのそぼろ煮 なめこのみそ汁 〈栗東食材の日〉	とり肉 ぶたひき肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	ばいにく きりぼしだいこん えだまめ なめこ 栗東産たまねぎ	米 さとう でん粉	米ぬか油	肉
10 (木)	ごはん 牛乳 まぐろの甘みそがらめ あじつけきゅうり つみれとやさいの煮もの 〈栗東食材の日〉	まぐろ みそ とりにくだんご	牛乳	にんじん	しょうが きゅうり はくさい 栗東産たまねぎ 白ねぎ ごぼう	米 でん粉 さとう	米ぬか油	
11 (金)	わかめごはん 牛乳 さけの照り焼き かばちの煮もの とうがのみそ汁	さけ 油揚げ みそ	わかめごはんの素 牛乳	かばち にんじん ねぎ	とうがん しめじ	米 さとう	米ぬか油	魚
14 (月)	ごはん 飲むヨーグルト チキンナゲット(3個) だいこんサラダ カレー 〈栗東食材の日〉	チキンナゲット ぶた肉	飲むヨーグルト	にんじん	だいこん きゅうり とうもろこし たまねぎ 栗東産にんにく りんご	米 じゃがいも カレールウ	米ぬか油 かんきつドレッシング	
15 (火)	ごはん 牛乳 白身魚の甘酢たれかけ チンゲンサイの炒めナムル わかめスープ	たら とり肉	牛乳 わかめ	チンゲンサイ にんじん なら	もやし たまねぎ えのきたけ	米 でん粉 さとう	米ぬか油 ごま ごま油	
16 (水)	ごはん 牛乳 スタミナどんぶりの具 キャベツのこんぶあえ じゃがいものみそ汁 〈栗東食材の日〉	ぶた肉 油揚げ みそ	牛乳 塩こんぶ	こまつな にんじん ねぎ	栗東産にんにく キャベツ 栗東産たまねぎ しめじ	米 さとう じゃがいも	米ぬか油	
17 (木)	ごはん 牛乳 あじの塩こうじ揚げ なすとぶた肉のみそ炒め 夏のっぺ汁 いちごのアイス 〈栗東食材の日〉	あじ ぶた肉 みそ	牛乳	おくら にんじん	栗東産なす なす えだまめ しょうが とうがん ごぼう こんにゃく	米 でん粉 滋賀県産米粉 さとう さいとも いちごのアイス	米ぬか油	

材料の都合等により、献立を変更する場合があります。
○の日は、スプーンがあると食べやすいです。
加工食品に含まれる食品添加物については、学校または給食センターへお問い合わせください。
米は栗東産の環境こだわりコシヒカリを使用しています。
右の主菜欄に「肉」マークがある日は、小学校、中学校ともに主菜が肉料理になっています。
また「魚」マークがある日は、小学校、中学校ともに主菜が魚料理になっています。

お知らせ

急な献立変更(当日)の場合、「ウインナー」や「かつおふりかけ」に変更や、後日の代替品に「ぶどうゼリー」をつける場合があります。
また、給食を提供できない場合には、急遽「救給カレー」に変更することがありますので、ご了承ください。