令和7年12月分　献立予定表　（小学校A）

熊谷市立熊谷学校給食センター

日	曜日	献立名 主食 牛乳	献立名 料理名	注意に骨	はしの日	主な材料名 血や肉をつくるもの（あか）	主な材料名 熱や力になるもの（きいろ）	主な材料名 体の調子をととのえるもの（みどり）	栄養量 エネルギー（kcal）	栄養量 たん白質（グラム）
1	月	ツイストパン 牛乳	冬野菜のポトフ　パプリカサラダ 鶏肉のマスタード焼き　玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 ウィンナー 鶏肉	ツイストパン じゃがいも はちみつ　マヨネーズ 春雨　ドレッシング	にんじん 玉ねぎ　白菜　かぶ 黄ピーマン　赤ピーマン 枝豆	566	28.2
2	火	ごはん 牛乳	マーボー豆腐　もやしのナムル コロッケ　ナムルドレッシング(クラス)		○	牛乳 豆腐　豚肉　みそ 鶏肉	ごはん 油　砂糖　でん粉 じゃがいも　小麦粉 パン粉　ドレッシング	にんじん　しょうが 長ねぎ　グリンピース にんにく　ほうれん草 もやし	666	23.8
3	水	ごはん 牛乳	沢煮椀　蒸し鶏と切干大根の炒り煮 イワシのごまみそ煮	○	○	牛乳 イワシ　油揚げ 鶏肉　みそ	ごはん 砂糖　油　ごま でん粉	長ねぎ　にんじん ごぼう　たけのこ　えのきたけ 切干大根　しいたけ いんげん　しょうが	579	26.6
4	木	ごはん 牛乳	ピリ辛春雨スープ　大豆の磯煮 焼き春巻き		○	牛乳 豚肉　大豆 ひじき　鶏肉	ごはん 春雨　ごま　油　でん粉 小麦粉　砂糖　パン粉 こんにゃく	にんじん　玉ねぎ　もやし 小松菜　しょうが　にんにく キャベツ	553	20.6
5	金	ごはん 牛乳	高野豆腐のみそ汁　★根菜の煮物 彩の国小松菜入りメンチカツ　**ふるさと給食の日**		○	牛乳 わかめ　凍り豆腐 みそ　豚肉	ごはん 小麦粉　パン粉　油 砂糖	にんじん　玉ねぎ 小松菜　大根　ごぼう いんげん　れんこん	614	20.6
8	月	中華めん 牛乳	しょうゆラーメンスープ　ヘルシーサラダ 野菜シュウマイ(2個)　塩中華ドレッシング(クラス)		○	牛乳 豚肉 豆腐　タラ	中華めん 小麦粉　砂糖　油 ドレッシング　でん粉 こんにゃく	にんじん　長ねぎ　キャベツ もやし　チンゲン菜　玉ねぎ たけのこ　いんげん	564	23.0
9	火	子どもパン 牛乳	クラムチャウダー　ツナとトマトのペンネ 照り焼きチキンパテ			牛乳 ベーコン　あさり 鶏肉　マグロ	子どもパン じゃがいも　小麦粉 油　砂糖　マカロニ パン粉　でん粉	にんじん　玉ねぎ コーン　パセリ　にんにく トマト	652	30.2
10	水	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁　お浸し 塩から揚げ(2個)　かつお節・しょうゆ(クラス)		○	牛乳 豆腐　みそ　鶏肉 かつお節	ごはん でん粉　米粉　油	にんじん　長ねぎ なめこ　にんにく　ほうれん草 白菜	614	33.0
11	木	ごはん 牛乳	野菜の中華スープ　★ごぼうサラダ ブリのスタミナ焼き　ごまドレッシング(クラス)	○	○	牛乳 わかめ　ブリ	ごはん ごま　油 ドレッシング 砂糖　水あめ	にんじん　長ねぎ キャベツ　もやし　トマト にんにく　ブロッコリー ごぼう　枝豆　しょうが	555	23.3
12	金	ごはん 牛乳	★冬野菜カレー　杏仁フルーツ 厚焼き玉子			牛乳 鶏肉　鶏卵	ごはん　でん粉 じゃがいも　油 小麦粉　杏仁豆腐 いちごゼリー　砂糖	にんじん　玉ねぎ れんこん　ほうれん草 にんにく　しょうが　りんご 黄桃　白桃　洋なし	679	26.8
15	月	ごはん 牛乳	豆腐とわかめのみそ汁　ほうれん草ソテー ハンバーグのおろしかけ		○	牛乳 わかめ　豆腐　みそ 鶏肉　ベーコン	ごはん 砂糖　油 パン粉	長ねぎ　にんじん 玉ねぎ　大根　にんにく ほうれん草　コーン	606	25.9
16	火	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁　春雨サラダ 豆腐ナゲット(2個)　バンバンジードレッシング(クラス)		○	牛乳 豚肉　豆腐　もずく イトヨリ　豆乳	地粉うどん 春雨　油　砂糖 ドレッシング 小麦粉　でん粉	にんじん　玉ねぎ 小松菜　しいたけ しょうが　キャベツ	646	23.7
17	水	バターロールコッペ 牛乳	わんたんスープ　コーンとブロッコリーのサラダ ホキのバジルマヨ焼き　ごまドレッシング(クラス)	○		牛乳 豚肉　ホキ	バターロールコッペ わんたん　マヨネーズ 油　ドレッシング	にんじん　長ねぎ　小松菜 もやし　バジル　にんにく コーン　いんげん　ブロッコリー パセリ	622	24.5
18	木	チキンライス 牛乳	ジュリエンヌスープ　ドリアソース 鶏の照り焼き　お楽しみデザート **お楽しみ献立** **チキンライスにドリアソースをかけて食べましょう。**			牛乳 鶏肉	チキンライス 小麦粉　砂糖 お楽しみデザート でん粉　バター	にんじん　玉ねぎ キャベツ　セロリー コーン　マッシュルーム しめじ　にんにく　パセリ	652	23.4
19	金	ごはん 牛乳	ハヤシライス　ほうれん草ともやしのサラダ いかのキャベツ揚げ　玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉　いか タラ	ごはん じゃがいも　油　小麦粉 砂糖　ドレッシング パン粉　でん粉	玉ねぎ　にんじん グリンピース　トマト キャベツ　ほうれん草　もやし しょうが	679	20.8
22	月	ごはん 牛乳	ゆず入りすまし汁　煮びたし 白身魚のねぎ塩ソース	○	○	牛乳 かまぼこ 鶏肉　タラ	ごはん でん粉　油 ごま　砂糖 ふ	にんじん　長ねぎ しいたけ　ゆず　レモン にんにく　ほうれん草 小松菜　もやし	582	27.9
23	火	ごはん 牛乳	かぼちゃのみそ汁　◎金平そぼろごはんの具 クリスピーチキン		○	牛乳 みそ　鶏肉	ごはん　でん粉 油　砂糖　パン粉 こんにゃく	にんじん　玉ねぎ かぼちゃ　白菜　にんにく ごぼう　大根の葉	587	26.9
24	水	中華めん 牛乳	具だくさん野菜のタンメンスープ　★れんこんにゃくサラダ 鬼まん　中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉　わかめ	中華めん 小麦粉　砂糖　さつまいも ドレッシング こんにゃく	にんじん　玉ねぎ キャベツ　もやし　長ねぎ れんこん　コーン　枝豆	619	24.2
給食回数		18回 物品購入の都合により献立及び材料を変更することがあります。				平均栄養量			613	25.2
						基準栄養量			650	21～33

12月22日は冬至です。下線のメニューは冬至にちなんだ献立です。

○印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

★ 印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

◎ 混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。

● 献立予定表は、熊谷市ホームページ（熊谷学校給食センター）

⇒「お知らせ」でもご覧いただけます。



熊谷学校給食センターの
公式**Instagram**をやっています。
日々の給食や、食材について発信しています
ぜひ「フォロー」をお願いします。

KUMAGAYA.KYUSHOKU