令和7年 11月分 献立予定表 （小学校B）

熊谷市立熊谷学校給食センター

日	曜日	主食 牛乳	料理名	地場産物使用予定食材イラスト	骨に注意	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)
4	火	ごはん 牛乳	沢煮椀 煮びたし イワシのみぞれ煮		○		牛乳 豚肉 イワシ 鶏肉	ごはん 砂糖 ごま でん粉	たけのこ にんじん ごぼう 長ねぎ えのきたけ しいたけ 大根 小松菜 もやし	605	28.0
5	水	中華めん 牛乳	塩ラーメンスープ ★ごぼうサラダ きなこ揚げパン ごまドレッシング(クラス)			○	牛乳 鶏肉 わかめ きなこ	中華めん 胚芽ロールパン 油 ドレッシング 砂糖 ごま	にんじん 長ねぎ もやし ごぼう キャベツ コーン	631	24.0
6	木	ごはん 牛乳	※直実汁 切干大根の炒り煮 ブリの西京焼き		○	○	牛乳 わかめ みそ 油揚げ あさり ブリ	ごはん 白玉餅 油 砂糖	にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ 切干大根 トマト	653	28.2
10	月	ごはん 牛乳	ハヤシライス 地場産きゅうりのサラダ さつま芋のスパニッシュオムレツ 野菜ドレッシング(クラス)				牛乳 豚肉 卵 鶏肉	ごはん 油 じゃが芋 砂糖 春雨 小麦粉 さつまいも でん粉 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ トマト きゅうり 枝豆 ほうれん草	698	21.5
11	火	ごはん 牛乳	呉汁 こんにゃくねぎ塩ソテー 肉団子(2個)			○	牛乳 大豆 豆腐 みそ 鶏肉	ごはん パン粉 でん粉 砂糖 油 しらたき	にんじん 大根 小松菜 玉ねぎ 長ねぎ	641	29.3
12	水	ツイストパン 牛乳	ペンネのクリーム煮 ブロまめサラダ 鶏肉のレモンバジル焼き イタリアンドレッシング(クラス)				牛乳 豚肉 鶏肉 大豆	ツイストパン 油 マカロニ 小麦粉 ドレッシング	エリンギ えのきたけ コーン 玉ねぎ にんじん レモン 枝豆 バジル ブロッコリー	630	33.6
13	木	ごはん 牛乳	中華スープ 厚揚げのピリ辛炒め ※揚げぎょうざ（2個）				牛乳 厚揚げ ベーコン 豚肉	ごはん 油 砂糖 でん粉 小麦粉	にんじん もやし 玉ねぎ ほうれん草 チンゲン菜 にんにく キャベツ にら しょうが トマト	600	19.2
17	月	地粉うどん 牛乳	妻沼ねぎうどんの汁 ★れんこんサラダ 彩の国肉まん 玉ねぎドレッシング(クラス)				牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ 豚肉	地粉うどん 小麦粉 砂糖 パン粉 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ れんこん 小松菜 玉ねぎ キャベツ しょうが コーン しいたけ	645	25.3
18	火	ごはん 牛乳	スンドゥブチゲ ナムル 焼き春巻き ナムルドレッシング(クラス)				牛乳 豆腐 豚肉 あさり みそ わかめ 鶏肉 昆布	ごはん ごま 油 パン粉 でん粉 小麦粉 ドレッシング 砂糖	にんじん 長ねぎ にら しょうが にんにく キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 白菜 大根	586	23.7
19	水	ごはん 牛乳	もやしのみそ汁 鶏肉とじゃが芋の煮物 ししゃも磯辺フライ(2個)		○		牛乳 みそ 鶏肉 ししゃも 青のり	ごはん 油 砂糖 じゃが芋 パン粉 小麦粉 しらたき	にんじん えのきたけ もやし ほうれん草 玉ねぎ いんげん	600	23.1
20	木	ごはん 牛乳	★かみかみカレー みかん プレーンオムレツ				牛乳 鶏肉 大豆 卵	ごはん 油 砂糖 小麦粉 でん粉	ごぼう れんこん 玉ねぎ にんじん しょうが にんにく りんご みかん	673	23.3
21	金	ドッグパン 牛乳	白菜と春雨のスープ チリコンカン ロングフランクフルト				牛乳 鶏肉 レンズ豆 フランクフルト ベーコン	ドッグパン 油 砂糖 じゃが芋	白菜 にんじん 長ねぎ もやし 春雨 玉ねぎ にんにく トマト	565	23.6
25	火	ごはん 牛乳	彩花みそけんちん汁 わかめサラダ 鶏肉の唐揚げかぼすソース(2個) 野菜ドレッシング(クラス)			○	牛乳 豆腐 みそ 鶏肉 わかめ	ごはん 里芋 でん粉 米粉 油 砂糖 ドレッシング	にんじん 大根 長ねぎ かぼす もやし	656	31.1
26	水	中華めん 牛乳	五目ラーメンスープ 大根サラダ 包子(2個) 塩中華ドレッシング(クラス)				牛乳 鶏肉 豚肉	中華めん でん粉 ドレッシング パン粉 小麦粉 砂糖	コーン にんじん チンゲン菜 長ねぎ もやし しょうが にんにく 大根 大根の葉 玉ねぎ	599	25.5
27	木	ごはん 牛乳	芋煮 花野菜サラダ まぐろカツ バンバンジードレッシング(クラス)		○		牛乳 豚肉 マグロ	ごはん 里芋 砂糖 油 ドレッシング パン粉 小麦粉 でん粉 こんにゃく	長ねぎ 大根 しめじ にんじん ブロッコリー カリフラワー 玉ねぎ しょうが	668	25.2
28	金	ごはん 牛乳	小松菜と油揚げのみそ汁 金平 ハンバーグのごまだれかけ				牛乳 油揚げ わかめ みそ 鶏肉	ごはん ごま でん粉 油 砂糖 パン粉	小松菜 にんじん えのきたけ ごぼう 玉ねぎ	643	24.3
給食回数			16 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			631	25.6
							基準栄養量			650	21～33

○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。
※印の献立は、よくかんで気をつけて食べましょう。
◎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。
11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。地場産食材を使用した献立や郷土料理を太字で表記しています。

KUMAGAYA.KYUSHOKU

公式Instagramをやっています！
ぜひフォローをお願いします！！