令和7年 11月分 献立予定表 （中学校）

熊谷市立熊谷学校給食センター

日	曜日	主食 牛乳	献立名 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）	熱や力になるもの（きいろ）	体の調子をととのえるもの（みどり）	栄養量 エネルギー(kcal)	たん白質(グラム)
4	火	黒パン 牛乳	あさり入りABCスープ じゃがいもの洋風煮 野菜入り豆腐バーグ				牛乳 鶏肉 アサリ 大豆 豆腐 ベーコン	黒パン マカロニ パン粉 じゃが芋 小麦粉 砂糖 油	玉ねぎ にんじん にんにく トマト 枝豆 コーン しょうが	792	33.8
5	水	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	859	25.2
6	木	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 コッペパン 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	811	30.3
10	月	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	825	34.4
11	火	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	729	22.5
12	水	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	769	33.3
13	木	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	840	42.3
17	月	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	756	28.1
18	火	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	762	29.6
19	水	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	740	27.7
20	木	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	816	36.4
21	金	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 みかん	833	28.3
25	火	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	753	29.9
26	水	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	823	30.2
27	木	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) ヨーグルト			○	牛乳 鶏肉 豚肉 ヨーグルト	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	757	32.2
28	金	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	797	28.9
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			791	30.8
							基準栄養量			830	27~42

○ 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！！