令和7年 10月分 献立予定表 （小学校B）

熊谷学校給食センター

日	曜日	主食 牛乳	献立名 料理名	注骨意に	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）	エネルギー(kcal)	たん白質(グラム)
1	水	酢めし 牛乳	ほうれん草と豆腐のみそ汁　磯寿司の具 にんじんシューマイ(2個)			牛乳　大豆 タラ みそ　ひじき　油揚げ 豆腐　鶏肉	酢めし　油　砂糖 でん粉 小麦粉 こんにゃく	玉ねぎ　にんじん ほうれん草 えのきたけ	616	21.9
2	木	ごはん 牛乳	ハヤシライス　ほうれん草と春雨のサラダ **イカナゲット(2個)　イタリアンドレッシング(クラス)**			牛乳 豚肉 イカ　タラ	ごはん じゃがいも　油 小麦粉　砂糖　でん粉 春雨　ドレッシング	にんじん　玉ねぎ トマト　赤ピーマン 黄ピーマン　ほうれん草	704	23.7
3	金	食パン 牛乳	野菜コンソメスープ　ツナときのこのクリーム煮 照り焼きチキンパテ　チョコクリーム			牛乳 ベーコン マグロ 鶏肉	食パン 油　小麦粉 パン粉　砂糖　でん粉 チョコクリーム	にんじん　玉ねぎ キャベツ　コーン エリンギ　えのきたけ	656	27.5
6	月	ごはん 牛乳	野菜のごま風味汁　こんにゃくねぎ塩ソテー 春巻き			牛乳 豆腐　油揚げ みそ 鶏肉	ごはん ごま　油　でん粉 春雨　小麦粉　砂糖 しらたき	にんじん　大根　たけのこ ごぼう　長ねぎ　玉ねぎ　キャベツ しいたけ　小松菜	696	23.5
7	火	地粉うどん 牛乳	うま塩鶏うどんの汁　★ごぼうサラダ スパニッシュパンプキンオムレツ　ごまドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 わかめ 卵	地粉うどん 油 ドレッシング でん粉　砂糖	長ねぎ　にんじん エリンギ　えのきたけ かぼちゃ　れんこん ごぼう　コーン	575	23.4
8	水	ごはん 牛乳	わんたんスープ　切干大根の炒り煮 サバの塩焼き			牛乳 豚肉 サバ　油揚げ アサリ	ごはん わんたん 油　砂糖	にんじん　もやし 玉ねぎ　ほうれん草 切干大根　しょうが	657	30.6
9	木	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁　ひじきともやしのサラダ　中華ドレッシング(クラス) 手作りたれカツ　**プレミアム給食**			牛乳 豆腐　みそ 鶏肉　ひじき	ごはん 小麦粉　パン粉 油　砂糖 ドレッシング	小松菜　長ねぎ にんじん　なめこ もやし　大根の葉	646	28.1
10	金	**ブルーベリークリームパン** **牛乳**	**熊谷誕生うどん　さっぱりサラダ　くまがやマドレーヌ** **ラグビーかぼちゃのミートソースグラタン　塩中華ドレッシング(クラス)**			牛乳 油揚げ 鶏肉　牛肉 チーズ	ブルーベリークリームパン 熊谷うどん　油　春雨 ドレッシング　小麦粉　砂糖 でん粉　くまがやマドレーヌ	大根　長ねぎ　白菜 にんじん　小松菜　えのきたけ ナイストライかぼちゃ　にんにく コーン　玉ねぎ　トマト　きゅうり	631	22.8
14	火	ごはん 牛乳	中華スープ　大根とツナの煮物 包子(2個)			牛乳 豚肉　わかめ 鶏肉 マグロ	ごはん 油　小麦粉 でん粉　パン粉　砂糖 こんにゃく	もやし　たけのこ にんじん　しいたけ 大根　しょうが　玉ねぎ	614	24.3
15	水	ごはん 牛乳	おふのみそ汁　大豆の磯煮　**※ちーず大福** じゃこカツ			牛乳 豆腐　ふ　みそ 大豆　ひじき じゃこ天	ごはん 油　砂糖　パン粉 小麦粉　ちーず大福 こんにゃく	ほうれん草　玉ねぎ にんじん	797	27.4
16	木	中華めん 牛乳	みそラーメンスープ　大根サラダ 鬼まん　中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 みそ 茎わかめ	中華めん ごま　油 小麦粉　さつま芋 砂糖　ドレッシング	もやし　にんじん 玉ねぎ　ほうれん草 長ねぎ　コーン しょうが　にんにく　大根	621	23.4
20	月	ごはん 牛乳	すまし汁　★みそ金平 ハンバーグ和風きのこソース			牛乳 かまぼこ 凍り豆腐　わかめ 鶏肉　みそ	ごはん 油　砂糖 ごま　パン粉 こんにゃく	小松菜　長ねぎ　にんじん えのきたけ　玉ねぎ　エリンギ にんにく　ごぼう　れんこん	608	24.9
21	火	ごはん 牛乳	チキンカレー　花野菜サラダ 白身魚フライ　野菜ドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 ブルーホワイティング	ごはん じゃがいも　油 小麦粉　パン粉 でん粉　ドレッシング	玉ねぎ　にんじん しょうが　にんにく りんご　ブロッコリー カリフラワー	741	26.3
22	水	ごはん 牛乳	茎わかめの中華スープ　豚肉と厚揚げのみそ炒め ちくわの磯辺揚げ			牛乳 鶏肉　茎わかめ ちくわ　あおさ 豚肉　厚揚げ　みそ	ごはん 小麦粉　でん粉 油　砂糖	もやし　にんじん 長ねぎ　たけのこ しいたけ　玉ねぎ ピーマン　しょうが　にんにく	593	22.0
23	木	こどもパン 牛乳	コーンポタージュ　トマトビーンズ 赤魚のアヒージョ風			牛乳 ベーコン 赤魚 大豆	こどもパン 油　小麦粉 砂糖　でん粉	玉ねぎ　にんじん コーン　パセリ にんにく　枝豆 トマト	626	28.7
24	金	ごはん 牛乳	あさりのみそ汁　おひたし 肉団子(2個)　しょうゆ・かつお節(クラス)			牛乳 アサリ　豆腐 みそ　鶏肉 かつお節	ごはん でん粉　砂糖 パン粉　油	にんじん　大根 長ねぎ　ほうれん草 キャベツ　玉ねぎ	611	27.4
27	月	地粉うどん 牛乳	鶏五目うどんの汁　グリーンサラダ ブルーベリーパンケーキ　バンバンジードレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉　さつま揚げ 油揚げ　ヨーグルト	地粉うどん 小麦粉　砂糖 油　ドレッシング	玉ねぎ　小松菜 にんじん　ブルーベリー ブロッコリー　キャベツ きゅうり	666	28.7
28	火	ごはん 牛乳	大根のみそ汁　キムチ肉じゃが 厚焼き玉子			牛乳 豆腐　わかめ みそ　卵 豚肉　昆布	ごはん じゃがいも　油 砂糖　でん粉 しらたき	大根　にんじん　長ねぎ 大根の葉　玉ねぎ　しょうが 枝豆　白菜　にんにく	585	23.7
29	水	ごはん 牛乳	ピリ辛春雨スープ　◎かてめしの具 コロッケ　ソース(クラス)			牛乳 鶏肉 油揚げ 凍り豆腐	ごはん　春雨　油 じゃがいも　砂糖 ごま　パン粉　小麦粉 こんにゃく	もやし　にんじん　長ねぎ ほうれん草　しょうが　にんにく いんげん　ごぼう　しいたけ	684	21.4
30	木	ごはん 牛乳	高野豆腐のみそ汁　ヘルシーサラダ 豚肉のマリアナソース　玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 わかめ　凍り豆腐 みそ　豚肉 豚レバー	ごはん でん粉　油 砂糖　ドレッシング こんにゃく	ほうれん草　長ねぎ　エリンギ 黄ピーマン　赤ピーマン　にんじん キャベツ　にんにく　しょうが	633	27.5
31	金	黒パン 牛乳	あさり入りABCスープ　じゃが芋の洋風煮 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 じゃがいも　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	602	27.8
給食回数			21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		646	25.5
							基準栄養量		650	21～33

□ は、新熊谷市誕生20周年記念『プレミアム給食』です。
市内の特産物を使用した献立を児童・生徒のみなさんから募集し決定しました。

【メニュー名】	【学校名】	【学年】	【考案者】
ブルーベリークリームパン	成田星宮小	3年	井澤凜さん
熊谷誕生うどん	吉見小	6年	矢島脩暉さん
ラグビーかぼちゃのミートソースグラタン	石原小	6年	中島惟吹さん
さっぱりサラダ	別府小	4年	原口結菜さん
	籠原小	6年	しまえまるさん

10日…くまがやマドレーヌ、15日…ちーず大福は、給食用に特別に作っていただきます。

★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、骨に注意して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。
※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。

熊谷市の特産物を食べてみんなでお祝いしましょう。