令和7年9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	献立名 主食 牛乳	献立名 料理名	注意 骨に	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	ごはん 牛乳	ハヤシライス　三色サラダ オムレツ イタリアンドレッシング（クラス）			牛乳 豚肉 たまご	ごはん でん粉 ドレッシング じゃがいも 油 小麦粉 砂糖	にんじん 玉ねぎ グリンピース トマト ブロッコリー 赤ピーマン 黄ピーマン	848	27.1
2	火	地粉うどん 牛乳	なめこおろしうどん汁　ヘルシーサラダ 春巻き 野菜ドレッシング（クラス）			牛乳 鶏肉 油揚げ	地粉うどん でん粉 小麦粉 油 はるさめ ドレッシング こんにゃく	たけのこ 玉ねぎ なめこ 大根 にんじん 長ねぎ キャベツ しいたけ	827	30.0
3	水	ごはん 牛乳	春雨スープ　★変わり金平 肉団子（2個）			牛乳 鶏肉	ごはん でん粉 ごま はるさめ 砂糖 油 パン粉 こんにゃく	にんじん 長ねぎ しょうが 玉ねぎ もやし れんこん いんげん ごぼう ほうれん草 しいたけ にんにく	768	27.6
4	木	ごはん 牛乳	もやしのみそ汁　こんにゃくソテー まぐろカツ	魚		牛乳 みそ わかめ マグロ 鶏肉	ごはん パン粉 でん粉 小麦粉 油 砂糖 しらたき	にんじん 長ねぎ しょうが もやし ほうれん草 小松菜 玉ねぎ	796	29.6
5	金	ごはん 牛乳	※だんご汁　大根サラダ 野菜入りつくね バンバンジードレッシング（クラス）			牛乳 鶏肉	ごはん 里芋 白玉餅 パン粉 砂糖 でん粉 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ しょうが 玉ねぎ れんこん 大根 小松菜 大根の葉	744	24.7
8	月	コッペパン 牛乳	ビーンズスープ　なす入りマカロニのドミグラ和え ロングフランクフルト			牛乳 大豆 ロングフランクフルト 豚肉	コッペパン 油 マカロニ 砂糖	にんじん キャベツ チンゲンサイ 玉ねぎ コーン グリンピース なす トマト	727	31.7
9	火	ごはん 牛乳	野菜の中華スープ　切干大根の炒り煮 アジの照り焼き	魚		牛乳 アジ 油揚げ わかめ あさり	ごはん じゃがいも 油 ごま 砂糖	にんじん 玉ねぎ 小松菜 もやし コーン 切干大根	754	31.5
10	水	中華めん 牛乳	しょうゆラーメンスープ　カリフラワーのサラダ ぎょうざ（2個） 塩中華ドレッシング（クラス）			牛乳 豚肉 鶏肉	中華めん 小麦粉 油 でん粉 ドレッシング	にんじん もやし しょうが チンゲンサイ 長ねぎ キャベツ メンマ ほうれん草 玉ねぎ にら カリフラワー 枝豆 コーン	727	30.0
11	木	ごはん 牛乳	すまし汁　お浸し　しょうゆ・かつお節（クラス） 鶏肉のみそだれかけ（2個）			牛乳 鶏肉 かつお節 みそ わかめ かまぼこ	ごはん でん粉 ふ 小麦粉 油 ごま 砂糖	えのきたけ にんじん 長ねぎ にんにく ほうれん草 キャベツ	795	39.1
12	金	ごはん 牛乳	肉入りわんたんスープ　煮びたし 白身魚フライ	魚		牛乳 ブルーホワイティング 豚肉 みそ 鶏肉	ごはん 小麦粉 パン粉 わんたん 砂糖 ごま でん粉 油	にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ しいたけ 小松菜 もやし 長ねぎ しょうが	787	28.5
16	火	ごはん 牛乳	大根のみそ汁　ほうれん草と春雨のサラダ 和風きのこハンバーグ　中華ドレッシング（クラス）			牛乳 みそ 鶏肉 油揚げ わかめ	ごはん でん粉 パン粉 砂糖 はるさめ 油 ドレッシング	大根の葉 にんじん 大根 玉ねぎ エリンギ えのきたけ ほうれん草 黄ピーマン	829	31.4
17	水	子どもパン 牛乳	ナイストライパンプキンシチュー　地場産きゅうりのサラダ 若鶏の香味焼き　玉ねぎドレッシング（クラス）			牛乳 豚肉 生クリーム 鶏肉	子どもパン 油 小麦粉 ドレッシング	かぼちゃ エリンギ 玉ねぎ にんじん ほうれん草 きゅうり もやし バジル	808	32.4
18	木	ごはん 牛乳	おふのみそ汁　野菜炒め サバの塩焼き	魚		牛乳 サバ 鶏肉 油揚げ みそ	ごはん ふ 油	にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし 小松菜 長ねぎ えのきたけ	842	38.8
19	金	地粉うどん 牛乳	もろこしうどんの汁 ★ごぼうサラダ ごまドレッシング（クラス） 竹輪とさつま芋の天ぷら（1個ずつ）			牛乳 たまご ちくわ 鶏肉 あおさ	地粉うどん 小麦粉 さつま芋 でん粉 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ 小松菜 コーン 枝豆 ごぼう れんこん	877	32.6
22	月	ごはん 牛乳	豆腐と豚肉のキムチ煮　しらたきサラダ 厚焼き玉子　ナムルドレッシング（クラス）			牛乳 たまご 豆腐 豚肉 わかめ	ごはん でん粉 砂糖 油 ドレッシング しらたき	白菜 大根 にんにく にんじん 長ねぎ にら 玉ねぎ しょうが 大根の葉	791	31.8
24	水	ごはん 牛乳	野菜椀　大根のそぼろ煮 イワシの梅煮	魚		牛乳 イワシ 鶏肉 みそ	ごはん でん粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく	しそ 梅 しょうが ごぼう 長ねぎ にんじん 小松菜 大根 いんげん	774	30.2
25	木	ごはん 牛乳	★かみかみカレー　茎わかめのサラダ コロッケ バンバンジードレッシング（クラス）			牛乳 茎わかめ 鶏肉 大豆	ごはん パン粉 油 じゃがいも でん粉 小麦粉 ドレッシング	ごぼう れんこん 玉ねぎ にんじん しょうが りんご コーン もやし にんにく	936	29.3
26	金	バターロールコッペ 牛乳	ABCスープ　じゃが芋の洋風煮 鶏肉のタルタル焼き			牛乳 ベーコン 鶏肉	バターロールコッペ マカロニ じゃがいも タルタルソース バター	玉ねぎ にんじん キャベツ グリンピース にんにく トマト コーン パセリ	819	36.3
29	月	酢飯 牛乳	ほうれん草と豆腐のみそ汁　◎礒寿司の具 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	酢飯 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	783	27.8
30	火	中華めん 牛乳	サンマーメンスープ　きのこサラダ 豆腐ナゲット（2個） 野菜ドレッシング			牛乳 豆腐 豆乳 イトヨリ 豚肉	中華めん 油 でん粉 砂糖 小麦粉 ドレッシング	にんじん もやし 小松菜 長ねぎ キャベツ えのきたけ エリンギ 玉ねぎ	726	28.8
給食回数		20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			798	31.0
						基準栄養量			830	27~42

は、「ふるさと給食」です。

印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

※印の献立は、よくかんで気を付けて食べましょう。★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。

KUMAGAYA.KYUSHOKU

公式instagramやっています！
フォローおねがいします！！

