# 令和８年 ３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 | 主食<br>牛乳 | 料理名 | 注意に骨 | はしの日 | 主な材料名<br>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<br>エネルギー(kcal) | たん白質(グラム) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 月 | ツイストパン<br>牛乳 | 春雨スープ　ペンネアラビアータ<br>チキンのオーブン焼き | | | 牛乳　豚肉<br>ベーコン<br>鶏肉<br>チーズ | ツイストパン　春雨<br>ごま　マカロニ<br>油　パン粉<br>砂糖 | にんじん　長ねぎ<br>もやし　しょうが　にんにく<br>玉ねぎ　パセリ<br>トマト | 570 | 26.4 |
| 3 | 火 | 酢めし<br>牛乳 | 菜の花のすまし汁　◎ちらし寿司の具<br>イワシのみぞれ煮　ももゼリー　ひな祭り献立 | 魚 | 箸 | 牛乳　かまぼこ<br>鶏肉　油揚げ<br>凍り豆腐<br>いわし　わかめ | 酢めし　砂糖<br>でん粉<br>ももゼリー | 菜の花　にんじん<br>えのきたけ<br>大根　長ねぎ　枝豆<br>しいたけ　かんぴょう | 661 | 27.7 |
| 4 | 水 | ごはん<br>牛乳 | ハヤシライス　レモンフルーツポンチ<br>豆腐ナゲット(２個) | | | 牛乳<br>豚肉<br>豆腐　豆乳<br>イトヨリ | ごはん　じゃがいも<br>油　砂糖　小麦粉<br>でん粉　レモンゼリー | にんじん　玉ねぎ　トマト<br>白桃　黄桃<br>りんご　洋梨 | 745 | 19.6 |
| 5 | 木 | ごはん<br>牛乳 | 豆腐とわかめのみそ汁　★変わり金平<br>ハンバーグのおろしかけ | | 箸 | 牛乳　みそ<br>わかめ<br>鶏肉<br>豆腐 | ごはん　砂糖　油<br>ごま　パン粉<br>こんにゃく | 長ねぎ　にんじん　大根<br>にんにく　ごぼう　れんこん<br>玉ねぎ | 595 | 23.9 |
| 6 | 金 | ごはん<br>牛乳 | 豚肉のうま煮　もやしのお浸し<br>包子(２個)　しょうゆ・かつお節(クラス) | | 箸 | 牛乳<br>豚肉　鶏肉<br>かつお節<br>かまぼこ | ごはん　油　砂糖<br>パン粉　小麦粉<br>でん粉<br>こんにゃく | いんげん　にんじん　玉ねぎ<br>しいたけ　ほうれん草<br>もやし　しょうが | 619 | 28.5 |
| 9 | 月 | 地粉うどん<br>牛乳 | 鶏南蛮うどんの汁　ブロッコリーサラダ<br>ちくわとさつま芋の天ぷら(１個ずつ)　塩中華ドレッシング(クラス) | | 箸 | 牛乳<br>鶏肉<br>油揚げ<br>ちくわ　あおさ | 地粉うどん　油<br>小麦粉　でん粉<br>さつま芋　ドレッシング | 小松菜　にんじん　玉ねぎ<br>長ねぎ　ブロッコリー<br>コーン | 677 | 25.8 |
| 10 | 火 | バターロールコッペ<br>牛乳 | レンズ豆のスープ　キャベツときゅうりのサラダ<br>ソースカツ　イタリアンドレッシング(クラス)　コーヒーメイク | | | 牛乳<br>豚肉<br>鶏肉<br>レンズ豆 | バターロールコッペ<br>じゃがいも　砂糖　水あめ<br>パン粉　コーヒーメイク<br>ドレッシング　油　でん粉 | 玉ねぎ　にんじん　セロリー<br>トマト　パセリ　キャベツ<br>きゅうり | 691 | 24.3 |
| 11 | 水 | ごはん<br>牛乳 | 若獅子カレー　ほうれん草と春雨のサラダ<br>プレーンオムレツ　玉ねぎドレッシング(クラス) | | | 牛乳<br>卵<br>豚肉 | ごはん　小麦粉　砂糖<br>でん粉　春雨<br>油　ドレッシング | 玉ねぎ　ほうれん草<br>枝豆　にんじん | 717 | 30.1 |
| 12 | 木 | ごはん<br>牛乳 | 沢煮椀　ひじきの煮物<br>ブリの西京焼き　お祝いデザート | 魚 | 箸 | 牛乳　豚肉<br>ブリ　みそ<br>さつま揚げ<br>ひじき | ごはん<br>砂糖　油<br>お祝いデザート | にんじん　ごぼう　たけのこ<br>長ねぎ　えのきたけ　しいたけ<br>枝豆　トマト | 658 | 29.4 |
| 13 | 金 | ごはん<br>牛乳 | わかめスープ　厚揚げのピリ辛炒め<br>コロッケ | | 箸 | 牛乳<br>ベーコン<br>わかめ<br>厚揚げ | ごはん　油　パン粉<br>じゃがいも　砂糖<br>小麦粉　でん粉 | にんじん　玉ねぎ　もやし<br>たけのこ　小松菜　にんにく<br>トマト | 616 | 18.4 |
| 16 | 月 | ごはん<br>牛乳 | 彩花みそけんちん汁　こんにゃくねぎ塩ソテー<br>肉団子(２個)　ふるさと給食の日 | | 箸 | 牛乳<br>鶏肉　豚肉<br>豆腐<br>みそ | ごはん　さといも　油<br>パン粉　でん粉<br>砂糖<br>しらたき | にんじん　大根　長ねぎ<br>小松菜　トマト<br>玉ねぎ | 625 | 28.0 |
| 17 | 火 | 中華めん<br>牛乳 | 具だくさん野菜のみそラーメンスープ　★ごぼうサラダ<br>焼き春巻き　ごまドレッシング(クラス) | | 箸 | 牛乳　鶏肉<br>わかめ<br>豚肉<br>みそ | 中華めん　ごま<br>ドレッシング　パン粉<br>油　砂糖　小麦粉 | にんじん　もやし　キャベツ<br>しょうが　にんにく<br>枝豆　ごぼう　コーン<br>にら　玉ねぎ　長ねぎ | 602 | 25.4 |
| 18 | 水 | 子どもパン<br>牛乳 | クラムチャウダー　人参ともやしのサラダ<br>クリスピーチキン　イタリアンドレッシング(クラス) | | | 牛乳<br>鶏肉<br>あさり | 子どもパン　じゃがいも<br>油　ドレッシング<br>パン粉　でん粉<br>小麦粉 | にんじん　玉ねぎ<br>もやし　大根の葉<br>キャベツ | 599 | 27.3 |
| 19 | 木 | ごはん<br>牛乳 | おふのみそ汁　鶏肉とじゃが芋の煮物<br>ししゃも磯辺フライ(２個) | 魚 | 箸 | 牛乳　油揚げ<br>わかめ　ふ<br>みそ　ししゃも<br>鶏肉　あおさ | ごはん　油　じゃがいも<br>砂糖　パン粉　小麦粉<br>でん粉<br>しらたき | 長ねぎ　にんじん<br>玉ねぎ　ほうれん草<br>いんげん | 653 | 27.1 |
| 23 | 月 | ごはん<br>牛乳 | ちゃんこスープ　豚肉のチャプチェ<br>厚焼玉子 | | 箸 | 牛乳<br>豚肉<br>鶏肉<br>卵 | ごはん　油<br>砂糖　春雨<br>でん粉 | ごぼう　にんじん　キャベツ<br>長ねぎ　しいたけ<br>にら　しょうが<br>にんにく | 558 | 22.4 |
| 給食回数 | | | 15回<br>※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 | | | 639 | 25.6 |
| | | | | | | 基準栄養量 | | | 650 | 21～33 |

魚印の献立は、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。

公式Instagramをやっています！
ぜひフォローをお願いします！！



KUMAGAYA.KYUSHOKU