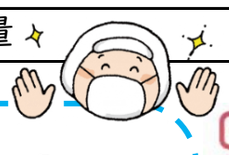


# 令和8年7月分 献立予定表（小学校A）



熊谷学校給食センター

| 日 | 曜日 | 主食<br>牛乳 | 献立名 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) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 水 | 子どもパン<br>牛乳 | ミネストローネ ブロまめサラダ<br>鶏肉の梅マヨパン粉焼き 玉ねぎドレッシング（クラス） | | | 牛乳<br>鶏肉<br>大豆 | 子どもパン<br>マカロニ パン粉<br>じゃがいも ドレッシング<br>マヨネーズ | にんじん<br>玉ねぎ キャベツ にんにく<br>トマト 梅 ブロッコリー<br>枝豆 | 562 | 29.5 |
| 2 | 木 | ごはん<br>牛乳 | もやしと豆腐のみそ汁 切干大根の炒り煮<br>肉団子（2個） | | ○ | 牛乳<br>鶏肉 豆腐 みそ<br>油揚げ あさり | ごはん<br>油 パン粉 砂糖<br>でん粉 | 長ねぎ にんじん<br>もやし 切干大根<br>しょうが 玉ねぎ<br>トマト | 644 | 28.2 |
| 3 | 金 | ごはん<br>牛乳 | マーボーなす豆腐 キャベツときゅうりのサラダ<br>春巻き ナムルドレッシング（クラス） | | ○ | 牛乳<br>豆腐 豚肉 大豆<br>みそ<br>鶏肉 | ごはん<br>油 砂糖 春雨<br>でん粉 小麦粉<br>ドレッシング | 長ねぎ にんじん<br>たけのこ グリンピース しいたけ<br>なす しょうが にんにく<br>キャベツ きゅうり 玉ねぎ | 691 | 23.5 |
| 6 | 月 | ごはん<br>牛乳 | 七夕汁 人参ともやしのサラダ<br>イワシのみぞれ煮 野菜ドレッシング（クラス） | ○ | ○ | 牛乳<br>かまぼこ もずく<br>イワシ | ごはん<br>ふ、砂糖<br>ドレッシング<br>でん粉 | 長ねぎ にんじん<br>ほうれん草 えのきたけ<br>もやし 大根の葉<br>大根 | 563 | 23.3 |
| 7 | 火 | ごはん<br>牛乳 | 大根のみそ汁 金平<br>星のハンバーグ玉ねぎソースかけ | | ○ | 牛乳<br>鶏肉 豚肉<br>わかめ みそ | ごはん<br>じゃがいも<br>砂糖 でん粉 油<br>ごま | 玉ねぎ にんじん<br>大根の葉 大根<br>エリンギ にんにく<br>ごぼう トマト しょうが | 601 | 22.8 |
| 8 | 水 | 地粉うどん<br>牛乳 | ごま味うどんの汁 五色の短冊サラダ 塩中華ドレッシング（クラス）<br>ちくわとさつま芋の天ぷら（1個ずつ） | | ○ | 牛乳<br>鶏肉 油揚げ<br>ちくわ わかめ<br>アオサ | 地粉うどん<br>ごま 油 さつま芋<br>ドレッシング<br>小麦粉 でん粉 | 長ねぎ にんじん<br>キャベツ きゅうり<br>しいたけ<br>大根 コーン | 628 | 24.0 |
| 9 | 木 | ロールコッペ<br>牛乳 | 野菜コンソメスープ 茎わかめのサラダ<br>鶏肉のサルサソースかけ イタリアンドレッシング（クラス） | | | 牛乳<br>豚肉 鶏肉<br>茎わかめ | ロールコッペ<br>じゃがいも ドレッシング<br>油 | 玉ねぎ にんじん コーン<br>キャベツ 小松菜 レモン<br>ピーマン にんにく トマト<br>もやし | 529 | 27.2 |
| 10 | 金 | ごはん<br>牛乳 | 沢煮椀 ソイ丼の具<br>白身魚フライ | ○ | ○ | 牛乳<br>ブルーホワイティング<br>鶏肉 ベーコン 大豆 | ごはん<br>小麦粉 パン粉<br>油 砂糖 でん粉 | 長ねぎ にんじん<br>ごぼう たけのこ<br>しいたけ 枝豆 玉ねぎ<br>しょうが | 628 | 26.4 |
| 13 | 月 | ごはん<br>牛乳 | つるむらさきのスープ ガリバタチキン<br>野菜シューマイ（2個） | | ○ | 牛乳<br>鶏肉 卵<br>豆腐<br>タラ | ごはん<br>でん粉 小麦粉<br>バター 砂糖 油 | 長ねぎ にんじん にんにく<br>つるむらさき もやし キャベツ<br>しいたけ にんにくの芽 いんげん<br>玉ねぎ コーン エリンギ たけのこ | 576 | 21.2 |
| 14 | 火 | ごはん<br>牛乳 | 夏野菜カレー カラフルサラダ<br>タコナゲット（2個） バンバンジードレッシング（クラス） | | | 牛乳<br>豚肉 鶏肉<br>タコ タラ<br>タチウオ | ごはん<br>油 じゃがいも<br>小麦粉 春雨 砂糖<br>ドレッシング でん粉 | 玉ねぎ にんじん<br>かぼちゃ なす いんげん<br>トマト りんご しょうが<br>にんにく 枝豆 コーン | 666 | 23.8 |
| 15 | 水 | ごはん<br>牛乳 | 吟子汁 こんにゃくソテー **ふるさと給食の日**<br>コロッケ | ○ | ○ | 牛乳<br>みそ<br>鮭 豆腐 鶏肉<br>卵白 | ごはん<br>じゃがいも 砂糖<br>小麦粉 パン粉 油<br>しらたき | 長ねぎ にんじん<br>しょうが 小松菜 | 633 | 23.2 |
| 16 | 木 | 中華めん<br>牛乳 | タンメンスープ ★ごぼうサラダ<br>肉まん ごまドレッシング（クラス） | | ○ | 牛乳<br>鶏肉 かまぼこ<br>豚肉 | 中華めん<br>油 ごま 小麦粉<br>ドレッシング でん粉<br>砂糖 パン粉 | 玉ねぎ にんじん<br>にんにく コーン しいたけ<br>キャベツ 長ねぎ しょうが<br>もやし ごぼう たけのこ | 598 | 23.8 |
| 17 | 金 | ごはん<br>牛乳 | じゃが芋と長ねぎのみそ汁 大根とツナの煮物<br>焼きメンチカツ | | ○ | 牛乳<br>わかめ みそ<br>マグロ<br>鶏肉 卵 | ごはん 砂糖<br>じゃがいも 油<br>パン粉 でん粉<br>こんにゃく | 長ねぎ にんじん<br>大根の葉 えのきたけ<br>大根 しょうが 玉ねぎ | 628 | 21.7 |
| 給食回数 | | | 13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 | | | 611 | 24.5 |
| | | | | | | 基準栄養量 | | | 650 | 21～33 |



□ 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。

★ 印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

 の日は、忘れずに持参しましょう。

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。








熊谷学校給食センターの
インスタグラム公式アカウント
があります。
日々の給食や、食材について発
信しています！
ぜひ「フォロー」をお願いします。

KUMAGAYA.KYUSHOKU