

令和8年7月分 献立予定表（中学校）



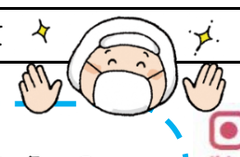
熊谷学校給食センター

献立名				注意に骨	はしの日	主な材料名			栄養量	
日	曜日	主食 牛乳	料理名			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	ごはん 牛乳	もやしと豆腐のみそ汁 切干大根の炒り煮 肉団子（2個）			牛乳 鶏肉 豆腐 みそ 油揚げ あさり	ごはん 油 パン粉 砂糖 でん粉	長ねぎ にんじん もやし 切干大根 しょうが 玉ねぎ トマト	821	34.1
2	木	ごはん 牛乳	マーボーなす豆腐 キャベツときゅうりのサラダ 春巻き ナムルドレッシング（クラス）			牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ 鶏肉	ごはん 油 砂糖 春雨 でん粉 小麦粉 ドレッシング	長ねぎ にんじん キャベツ たけのこ グリンピース しいたけ なす しょうが にんにく きゅうり 玉ねぎ	867	29.6
3	金	子どもパン 牛乳	ミネストローネ ブロまめサラダ 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 鶏肉 大豆	子どもパン マカロニ パン粉 じゃがいも ドレッシング マヨネーズ	にんじん 玉ねぎ キャベツ にんにく トマト 梅 ブロッコリー 枝豆	777	38.7
6	月	ごはん 牛乳	大根のみそ汁 金平 星のハンバーグ玉ねぎソースかけ			牛乳 鶏肉 豚肉 わかめ みそ	ごはん じゃがいも 砂糖 でん粉 油 ごま	玉ねぎ にんじん 大根の葉 大根 エリンギ にんにく ごぼう トマト しょうが	767	27.3
7	火	地粉うどん 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） ちくわとさつま芋の天ぷら（1個ずつ）			牛乳 鶏肉 油揚げ ちくわ わかめ アオサ	地粉うどん ごま 油 さつま芋 ドレッシング 小麦粉 でん粉	長ねぎ にんじん キャベツ きゅうり しいたけ 大根 コーン	823	30.8
8	水	ごはん 牛乳	七夕汁 人参ともやしのサラダ イワシのみぞれ煮 野菜ドレッシング（クラス）	〇		牛乳 かまぼこ もずく イワシ	ごはん ふ 砂糖 ドレッシング でん粉	長ねぎ にんじん ほうれん草 えのきたけ もやし 大根の葉 大根	710	27.7
9	木	ごはん 牛乳	沢煮椀 ソイ丼の具 白身魚フライ	〇		牛乳 ブルーホワイティング 鶏肉 ベーコン 大豆	ごはん 小麦粉 パン粉 油 砂糖 でん粉	長ねぎ にんじん ごぼう たけのこ しいたけ 枝豆 玉ねぎ しょうが	808	32.8
10	金	ごはん 牛乳	つるむらさきのスープ ガリバタチキン 野菜シューマイ（2個）			牛乳 鶏肉 卵 豆腐 タラ	ごはん でん粉 小麦粉 バター 砂糖 油	長ねぎ にんじん にんにく つるむらさき もやし キャベツ しいたけ にんにくの芽 たけのこ 玉ねぎ コーン エリンギ いんげん	748	26.8
13	月	ロールコッペ 牛乳	野菜コンソメスープ 茎わかめのサラダ 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 豚肉 鶏肉 茎わかめ	ロールコッペ じゃがいも ドレッシング 油	玉ねぎ にんじん コーン キャベツ 小松菜 レモン ピーマン にんにく トマト もやし	751	35.2
14	火	ごはん 牛乳	吟子汁 こんにゃくソテー ふるさと給食の日 コロッケ	〇		牛乳 みそ 鮭 豆腐 鶏肉 卵白	ごはん じゃがいも 砂糖 小麦粉 パン粉 油 しらたき	長ねぎ にんじん しょうが 小松菜	806	29.6
15	水	中華めん 牛乳	タンメンスープ ★ごぼうサラダ 鬼まん ごまドレッシング（クラス）			牛乳 鶏肉 かまぼこ	中華めん ごま 小麦粉 ドレッシング 砂糖 さつま芋	にんじん にんにく コーン キャベツ 長ねぎ もやし ごぼう	743	30.4
16	木	ごはん 牛乳	夏野菜カレー カラフルサラダ 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 豚肉 鶏肉 タコ タラ タチウオ	ごはん 油 じゃがいも 小麦粉 春雨 砂糖 ドレッシング でん粉	玉ねぎ にんじん かぼちゃ なす いんげん トマト しょうが にんにく 枝豆 コーン	940	30.1



暑い夏を元気に乗り越えよう

給食回数	12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	797	31.1
		基準栄養量	830	27~42



□ は、「ふるさと給食」です。

〇 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。

はしの日は、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。





お知らせ

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