

# 平成25年4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

献立名			はしの日	主な材料名			栄養量	
日	曜日	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 (キロカロリー)	たん白質 (グラム)
9	火	わかめごはん 牛乳 豚汁 にんじんともやしのサラダ 厚焼き玉子 合わせドレッシング(クラス)		牛乳 ぶたにく とうふ みそ たまご	わかめごはん あぶら でんぶん ドレッシング さとう	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ もやし	603	23.9
10	水	子どもパン 牛乳 ビーンズスープ はちみつレモンポンチ ポテトカップグラタン		牛乳 しろいんげんまめ ベーコン えび チーズ バター こむぎこ	子どもパン あぶら はちみつレモンゼリー じゃがいも でんぶん さとう マカロニ	にんじん キャベツ たまねぎ みかん パイン おうとう	570	18.0
11	木	ごはん 牛乳 すまし汁 里芋のそぼろ煮 春巻き		牛乳 かまぼこ わかめ ぶたにく	ごはん ふ あぶら さといも さとう こむぎこ でんぶん はるさめ たまねぎ たけのこ キャベツ もやし にんにく	にんじん ながねぎ しいたけ こんにやく しょうが グリンピース	635	18.6
12	金	中華めん 牛乳 みそラーメンスープ ポイルキャベツ たこしゅうまい(2個) 中華ドレッシング(クラス)		牛乳 ぶたにく みそ たら たこ	ちゅうかめん ごま ドレッシング でんぶん さとう あぶら こむぎこ	にんじん たまねぎ もやし ながねぎ しょうが にんにく キャベツ	662	29.4
15	月	はちみつパン 牛乳 えびボールスープ 生パイン ハンバーグトマトソースかけ		牛乳 とりにく たら えび オキアミ	はちみつパン はるさめ バター さとう パンこ でんぶん あぶら	にんじん キャベツ ながねぎ たけのこ しょうが トマト パイン たまねぎ	657	27.1
16	火	バターロールパン 牛乳 わかめスープ マカロニのクリーム煮 白身魚フライ ソース(クラス)		牛乳 ぶたにく わかめ とりにく たら	バターロールパン あぶら マカロニ バター パンこ こむぎこ でんぶん	にんじん ながねぎ チンゲンサイ もやし ぶなしめじ たまねぎ コーン	720	28.6
17	水	ごはん 牛乳 大根のみそ汁 もやしのお浸し かつお節・しょうゆ(クラス) ゼリーフライ ソース(クラス)		牛乳 わかめ みそ かつおぶし おから らんぱく	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ	だいこん えのきたけ にんじん ながねぎ ほうれんそう もやし たまねぎ	604	18.1
18	木	ドッグパン 牛乳 ポトフ フルーツカクテル 彩の国ポークフランク(2本)		牛乳 ぶたにく フランクフルト	ドッグパン じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ みかん パイン おうとう こんにやく	598	23.1
19	金	ごはん 牛乳 のっぺい汁 ひじきの煮物 ますの塩焼き のりごまふりかけ		牛乳 とりにく あぶらあげ ます さつまあげ ひじき のり	ごはん さといも あぶら でんぶん さとう ごま	にんじん ごぼう ながねぎ だいこん	613	29.8
22	月	地粉うどん 牛乳 妻沼ねぎうどんの汁 上州サラダ 野菜ドレッシング(クラス) 彩の国里芋コロッケ ソース(クラス)		牛乳 ぶたにく かまぼこ あぶらあげ とりにく	じごなうどん あぶら ドレッシング パンこ さといも じゃがいも さとう こむぎこ でんぶん	にんじん ながねぎ しょうが しらたき きゅうり キャベツ たまねぎ	646	23.3
23	火	ツイストパン 牛乳 コーンシチュー ミントマト(2個) えび入りバーグ タルタルソース(クラス)		牛乳 ぶたにく なまクリーム えび たら	ツイストパン じゃがいも あぶら タルタルソース でんぶん さとう	コーン グリンピース たまねぎ にんじん キャベツ トマト	685	23.6
24	水	ごはん 牛乳 厚揚げのみそ汁 筑前煮 さばの照り煮		牛乳 あつあげ みそ さば とりにく	ごはん さといも あぶら さとう でんぶん	にんじん こまつな ながねぎ こんにやく ごぼう	640	26.0
25	木	麦ごはん 牛乳 カレー オレンジ(1/4個) ハムチーズピカタ		牛乳 ぶたにく だっしふんにゅう チーズ ハム たまご	むぎごはん じゃがいも あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご オレンジ	738	27.1
26	金	コバトパン (ミルク) 牛乳 ラビオリスープ ポイルブロッコリー 鶏の照り焼き マヨネーズ(クラス)		牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく	コバトパン マヨネーズ こむぎこ パンこ	にんじん キャベツ たまねぎ チンゲンサイ ブロッコリー	667	27.5
30	火	ごはん 牛乳 ちゃんこスープ 切干大根の炒り煮 白身魚のフリッター(2個) 野菜ふりかけ		牛乳 とりにく あぶらあげ あさり ホキ オキアミ あおさ	ごはん あぶら さとう ごま こむぎこ でんぶん こめこ	ごぼう にんじん キャベツ ながねぎ しいたけ しょうが きりぼしだいこん	655	24.6
給食回数 15回				平均栄養量			646	24.6
※ 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。				基準栄養量			640	18~32

は、「ふるさと給食」です。

地粉うどん…埼玉県産の小麦粉で作られています。

牛乳…主な産地は東北地域(大里・児玉・秩父)です。

妻沼ねぎうどんの汁…熊谷産の長ねぎをたくさん使ったうどんのつけ汁です。油揚げは熊谷市内の豆腐屋さんが作ったものです。

彩の国里芋コロッケ…埼玉県産の里芋を使用しています。埼玉県は全国第3位の生産量です。

上州サラダ…埼玉県産のキャベツときゅうりを使用しています。しらたきは、熊谷市内のこんにやく屋さんが作ったものです。

魚の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

献立予定表は、熊谷市ホームページ(給食センター⇒お知らせ)でもご覧いただけます。



入学・進級おめでとうございます



成長期のお子さんが健康で元気に毎日  
をすごせるように、おいしくて栄養バラ  
ンスがよい献立をつくっています!



給食を残さず  
食べよう!