



平成27年2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		はしの日	主な材料名			栄養量	
		主食	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)
2	月	黒パン 牛乳	ボルシチ いちご&ヨーグルトゼリー入りポンチ ほうれんそうオムレツ		牛乳 豚肉 卵	黒パン じゃがいも 油 でんぶん いちご&ヨーグルトゼリー	にんじん 玉ねぎ キャベツ トマト ほうれん草 パイン みかん 黄桃	862	32.1
3	火	ごはん 牛乳	大根のみそ汁 春雨サラダ 香味塩ドレッシング(クラス) ① 白身魚のりごま揚げ ソース(クラス) 福豆		牛乳 わかめ みそ ホキ 大豆	ごはん 春雨 小麦粉 パン粉 ごま ドレッシング	にんじん 長ねぎ 大根 葉大根 キャベツ	809	30.0
4	水	中華めん 牛乳	ちゃんぽんめんスープ ポイルブロッコリー 発芽玄米入りつくね パンバンジードレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 鶏肉 いか なたと さつま揚げ うずら卵	中華めん でんぶん パン粉 発芽玄米 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ 長ねぎ キャベツ ブロッコリー	799	42.7
5	木	コバトンパン(ミルク) 牛乳	熊谷うどん 生パン 鶏の照り焼き		牛乳 豚肉 鶏肉 油揚げ	コバトンパン 熊谷うどん	にんじん 長ねぎ 大根 白菜 水菜 パイン	681	28.2
6	金	ごはん 牛乳	どさんこ汁 大根と鶏肉の煮物 ① ホッケの塩焼き カスタードプリン		牛乳 ホッケ 鶏肉 みそ カスタードプリン	ごはん じゃがいも 油 砂糖	にんじん 長ねぎ もやし コーン にんにく 大根 しょうが こんにゃく	853	36.6
9	月	ごはん 牛乳	野菜の中華スープ ナムル ナムルドレッシング(クラス) カレーコロッケ ソース(クラス) 野菜ふりかけ		牛乳 豚肉 わかめ 卵 かつお節 あおさ 脱脂粉乳	ごはん じゃがいも 油 パン粉 ごま でんぶん 小麦粉 ドレッシング	にんじん キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ コーン チンゲンサイ もやし ほうれん草 かぼちゃ	737	21.5
10	火	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 ミントマト(3個) 揚げギョーザ(2個)		牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉 みそ	ごはん 小麦粉 油 砂糖 でんぶん	にんじん 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ にんにく たけのこ しょうが にら グリーンピース トマト	823	31.0
12	木	ごはん 牛乳	のっぺい汁 切り干し大根の炒り煮 ① サバのみそだれ		牛乳 油揚げ サバ 豚肉 みそ さつま揚げ	ごはん 里芋 油 でんぶん 砂糖	にんじん 長ねぎ ごぼう 大根 切干大根	776	29.7
13	金	中華めん 牛乳	しょうゆラーメンスープ ヘルシーサラダ にんじんシューマイ(2個) 中華ドレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 タラ	中華めん でんぶん 小麦粉 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ チンゲンサイ もやし たけのこ 玉ねぎ キャベツ こんにゃく	739	30.8
16	月	はちみつパン 牛乳	白菜シチュー いちご(2個) あらびきウインナー(2本)		牛乳 鶏肉 あらびきウインナー 生クリーム	はちみつパン じゃがいも 油 小麦粉	にんじん 白菜 グリーンピース 玉ねぎ いちご	899	34.5
17	火	酢めし 牛乳	沢煮椀 コーンサラダ 合わせドレッシング(クラス) エビフライ(2本) 手巻きのり スティックツナ		牛乳 豚肉 エビ のり マグロ 卵	酢めし 油 パン粉 小麦粉 ドレッシング	にんじん 長ねぎ しいたけ たけのこ ごぼう キャベツ コーン 玉ねぎ	841	32.3
18	水	ごはん 牛乳	厚揚げのみそ汁 ひじきと大豆の煮物 ① イワシのみぞれ煮 みかんヨーグルト		牛乳 豚肉 厚揚げ みそ イワシ 大豆 ひじき みかんヨーグルト	ごはん でんぶん 砂糖 油	にんじん 長ねぎ 小松菜 大根	880	34.5
19	木	バターロールパン 牛乳	トマトスープ マカロニのクリーム煮 クリスピーフライドチキン コーヒーメイク		牛乳 ベーコン 鶏肉	バターロールパン 小麦粉 でんぶん 油 マカロニ コーヒーメイク	にんじん 玉ねぎ キャベツ トマト にんにく グリンピース コーン パセリ	943	34.6
20	金	ごはん 牛乳	だまこ汁 ★りんご(1/4個) ① サワラのねぎみそ焼き のり佃煮		牛乳 鶏肉 サワラ のり ひじき みそ	ごはん だまこもち 砂糖	にんじん 長ねぎ ごぼう しいたけ まいたけ しめじ りんご	713	25.3
23	月	地粉うどん 牛乳	ごま味うどんの汁 茎わかめのサラダ ココア揚げパン 野菜ドレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 油揚げ わかめ	地粉うどん コッペパン ごま 砂糖 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ キャベツ しいたけ コーン もやし	799	28.5
24	火	子どもパン 牛乳	野菜コンソメスープ オレンジ(1/4個) ハンバーグきのこソースかけ チーズ		牛乳 鶏肉 チーズ	子どもパン 砂糖 パン粉	にんじん 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ えのきたけ エリンギ しめじ トマト オレンジ	838	32.1
25	水	ごはん 牛乳	みそけんちん汁 お浸し ① アジフライ ソース・しょうゆ・かつおぶし(クラス)		牛乳 豆腐 油揚げ みそ アジ かつお節	ごはん 里芋 油 パン粉 小麦粉	にんじん 長ねぎ 大根 ごぼう ほうれん草 キャベツ	799	29.4
26	木	麦ごはん 牛乳	カレー カリフラワーのサラダ ベーコンエッグロール ごまドレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 脱脂粉乳 卵 ベーコン	麦ごはん でんぶん 油 砂糖 じゃがいも 小麦粉 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが カリフラワー いんげん コーン りんご	947	31.3
27	金	ツイストパン 牛乳	白菜スープ パプリカサラダ イタリアンドレッシング(クラス) ウインナーポテト串 ソース(クラス)		牛乳 豚肉 ウインナー	ツイストパン じゃがいも パン粉 でんぶん 油 ドレッシング	にんじん 白菜 玉ねぎ キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン	808	26.1
給食回数		19回			平均栄養量			818	31.1
		※ 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			820	25~40

は、「ふるさと給食」です。

コバトンパン・・・埼玉県産の小麦粉を使用しています。

牛乳・・・主な産地は、県北地域（大里・児玉）です。

熊谷うどん・・・うどんには、熊谷市産の小麦粉を使用しています。

野菜は、埼玉県産のにんじん・長ねぎ・大根・白菜・水菜を使用しています。

★印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

①印の献立は、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(熊谷学校給食センター)⇒「お知らせ」

でもご覧いただけます。



<今月の新献立>

- ・いちご&ヨーグルトゼリー入りポンチ・・・いちごゼリーとヨーグルトゼリーの入ったフルーツポンチです。
- ・カレーコロッケ・・・国産のじゃがいも・玉ねぎ・コーン・キャベツを使用したカレー味のコロッケです。
- ・サバのみそだれ・・・サバの塩焼きにみそだれをかけたものです。
- ・だまこ汁・・・秋田県の郷土料理の「だまこ餅鍋」をもとに作ったものです。

「だまこ」とは、お団子の形がお手玉に似ており、方言で「だま」と言われることから付けられました。

だまこ汁は、だまこ餅・鶏肉・にんじん・長ねぎ・ごぼう・まいたけ・しめじ・しいたけが入ったしょうゆ味の汁です。

