




令和3年7月分 献立予定表 (小学校B)



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 材 料 名			栄養量	
		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	木	ツイストパン 牛乳	レヴィシアスーパ ケフテテスとギガンテスのトマト煮 若鶏の香味焼き 	牛乳 豚肉 ひよこ豆 鶏肉 白いんげん豆	ツイストパン じゃがいも 油 砂糖 パン粉 でんぷん	玉ねぎ にんじん キャベツ コーン トマト しょうが	673	30.6	
2	金	ごはん 牛乳	大根のみそ汁 ヘルシーサラダ  真鯛の生姜醤油かけ 香味塩ドレッシング(クラス)	牛乳 みそ わかめ 真鯛	ごはん でんぷん 油 砂糖 ドレッシング	大根の葉 にんじん 大根 長ねぎ しょうが キャベツ	604	25.0	
5	月	ごはん 牛乳	マーボーなす豆腐 冷凍みかん 焼き春巻き	牛乳 豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	ごはん 砂糖 でんぷん 油 小麦粉 パン粉	たけのこ グリンピース なす にんじん 長ねぎ しょうが にんにく みかん キャベツ いら 玉ねぎ	667	22.6	
6	火	黒パン 牛乳	ペンネのクリーム煮 星空のフルーツポンチ フライドチキン 	牛乳 ウインナー 鶏肉	黒パン マカロニ 油 小麦粉 でんぷん 杏仁豆腐 サイダーゼリー 砂糖	しめじ ブロッコリー コーン 玉ねぎ にんじん みかん 黄桃 しょうが にんにく	677	25.7	
7	水	酢めし 牛乳	セタ汁  いそ寿司の具 にんじんシューマイ(2個) しょうゆ(クラス)	牛乳 かまぼこ タラ 大豆 ひじき 油揚げ もずく 鶏肉	酢めし ふ 小麦粉 でんぷん 砂糖 油	にんじん 大根 長ねぎ 玉ねぎ	611	20.3	
8	木	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁 五色の短冊サラダ  きなこ揚げパン 野菜ドレッシング(クラス)	牛乳 豚肉 きなこ 卵 わかめ	地粉うどん 小麦粉 砂糖 油 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ 小松菜 しいたけ しょうが 大根 きゅうり コーン	753	24.9	
9	金	はちみつパン 牛乳	ミネストローネ ブロッコリーサラダ レバー入り照り焼きハンバーグ ごまドレッシング(クラス)	牛乳 ベーコン 鶏レバー 鶏肉	はちみつパン マカロニ パン粉 ドレッシング 砂糖	玉ねぎ にんじん キャベツ にんにく トマト ブロッコリー 枝豆	593	26.2	
12	月	ごはん 牛乳	ピリ辛春雨スープ ★煮合い   サバのみそ焼き	牛乳 鶏肉 サバ 油揚げ みそ	ごはん ごま 春雨 油 砂糖	にんじん 玉ねぎ もやし 小松菜 長ねぎ しょうが ごぼう にんにく れんこん しいたけ	655	24.1	
13	火	ごはん 牛乳	 いわしのつみれ汁 コーンサラダ コロッケ ソース(クラス) 玉ねぎドレッシング(クラス)	牛乳 イワシ わかめ みそ	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 でんぷん ドレッシング 砂糖	にんじん 大根 長ねぎ しょうが 玉ねぎ コーン キャベツ	688	21.1	
14	水	ごはん 牛乳	つるむらさきの中華スープ こんにゃくソテー キャベツ入り焼きメンチ ソース(クラス)	牛乳 卵 豚肉 鶏肉	ごはん でんぷん ごま 油 砂糖	つるむらさき にんじん 玉ねぎ 長ねぎ もやし しいたけ キャベツ 小松菜 しょうが	659	23.5	
15	木	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁 大根と鶏肉の煮物  白身魚フライ ソース(クラス)	牛乳 豆腐 わかめ みそ ブルーホワイティング 鶏肉	ごはん パン粉 小麦粉 油 砂糖 でんぷん	なめこ にんじん 長ねぎ 大根 しょうが	636	23.8	
16	金	中華めん 牛乳	タンメンスープ ほうれん草と春雨のサラダ ギョーザ(2個) 中華ドレッシング(クラス)	牛乳 豚肉 わかめ 鶏肉	中華めん 小麦粉 油 ドレッシング 春雨	にんじん キャベツ 長ねぎ ほうれん草 黄ピーマン 玉ねぎ いら	622	24.1	
19	月	子どもパン 牛乳	コーンポタージュ キャベツときゅうりのサラダ 鶏の照り焼き イタリアンドレッシング(クラス)	牛乳 生クリーム 鶏肉	子どもパン バター ドレッシング 小麦粉 砂糖 でんぷん 油	コーン 玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ きゅうり	657	25.8	
給食回数		13回			平均栄養量			653	24.4
		※ 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			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。



◎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。