



令和4年5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

献立名		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)
2	月	ごはん 牛乳	春雨スープ チンジャオロースー エビシューマイ (2個)	牛乳 鶏肉 エビ タラ 豚肉	ごはん 春雨 ごま 小麦粉 でんぷん 油 砂糖	にんじん 長ねぎ もやし しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ 赤ピーマン たけのこ ピーマン	640	28.5
9	月	ツイスト パン 牛乳	ミネストローネ 花野菜サラダ 若鶏のピカタ ごまドレッシング (クラス)	牛乳 ベーコン 鶏肉 卵 チーズ	ツイストパン マカロニ 砂糖 でんぷん 油 小麦粉 パン粉 ドレッシング	玉ねぎ にんじん キャベツ にんにく トマト ブロッコリー カリフラワー パセリ	588	23.1
10	火	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁 金平 アジフライ ソース (クラス)	牛乳 豆腐 みそ わかめ アジ	ごはん ごま 砂糖 小麦粉 パン粉 油 でんぷん 砂糖	なめこ ほうれん草 にんじん 長ねぎ ごぼう	638	24.4
11	水	中華めん 牛乳	もやしラーメンスープ ナムル 焼き春巻き ナムルドレッシング (クラス)	牛乳 鶏肉 わかめ 豚肉	中華めん 油 小麦粉 ごま パン粉 でんぷん ドレッシング	たけのこ ほうれん草 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ もやし にら しょうが にんにく キャベツ	575	24.3
12	木	子どもパン 牛乳	トマトクリームシチュー 冷凍パイ 焼きメンチカツ ソース (クラス)	牛乳 鶏肉 卵 生クリーム 豚肉	子どもパン じゃがいも 油 でんぷん パン粉 小麦粉	玉ねぎ にんじん グリーンピース トマト パイ	698	23.7
13	金	ごはん 牛乳	野菜のごま風味汁 ほうれん草ともやしのサラダ イワシのおかか煮 野菜ドレッシング (クラス)	牛乳 豆腐 みそ イワシ かつお節	ごはん ごま ドレッシング 砂糖	小松菜 大根 にんじん ごぼう 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 もやし	589	23.4
16	月	酢めし 牛乳	若竹汁 五目寿司の具 鶏肉のレモン漬け (2個)	牛乳 かまぼこ 油揚げ わかめ 大豆 鶏肉 豚肉	酢めし でんぷん 砂糖 油 小麦粉	たけのこ 長ねぎ にんじん グリーンピース しいたけ レモン	741	36.3
17	火	ごはん 牛乳	チキンカレー こんにゃくサラダ ほうれん草オムレツ たまねぎドレッシング (クラス)	牛乳 鶏肉 卵	ごはん でんぷん じゃがいも 小麦粉 油 ドレッシング 砂糖	にんじん 玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく れんこん りんご コーン 枝豆 こんにゃく	686	22.4
18	水	ごはん 牛乳	おふのみそ汁 大根と鶏肉の煮物 野菜入りつくね	牛乳 油揚げ 鶏肉 わかめ みそ	ごはん 油 砂糖 ふ パン粉 でんぷん	長ねぎ にんじん 大根 れんこん しょうが 玉ねぎ こんにゃく	595	25.6
19	木	地粉うどん 牛乳	鶏南蛮うどんの汁 コーンサラダ 中華ドレッシング (クラス) 新茶の笹かまとさつま芋の天ぷら (1個ずつ)	牛乳 油揚げ 鶏肉 笹かまぼこ	地粉うどん 小麦粉 でんぷん ドレッシング さつまいも 油	小松菜 にんじん 玉ねぎ 長ねぎ 緑茶 コーン キャベツ	654	25.8
20	金	はちみつ パン 牛乳	わんたんスープ アセロラフルーツボンチ 鶏の照り焼き	牛乳 豚肉 鶏肉	はちみつパン ワンタン アセロラゼリー 砂糖	にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ みかん 黄桃 パイン	627	24.2
23	月	ごはん 牛乳	※直実汁 煮びたし 彩の国里芋コロッケ ソース (クラス)	牛乳 油揚げ わかめ 鶏肉 みそ	ごはん でんぷん 白玉もち 小麦粉 里芋 パン粉 ごま 砂糖 油	にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ ごまつな 玉ねぎ もやし	646	21.6
24	火	ごはん 牛乳	たけのこと春雨のスープ ブロッコリーとコーンのサラダ ハンバーグのごまだれかけ 香味塩ドレッシング (クラス)	牛乳 鶏肉	ごはん 砂糖 はるさめ パン粉 ごま でんぷん ドレッシング	たけのこ にんじん 長ねぎ もやし 枝豆 しいたけ しょうが 玉ねぎ にんにく コーン ブロッコリー	612	23.7
25	水	食パン 牛乳	豚肉とじゃが芋のコンソメスープ ほうれん草と春雨のサラダ チキンカレーマヨ焼き いちごジャム イタリアンドレッシング (クラス)	牛乳 豚肉 鶏肉	食パン ドレッシング いちごジャム じゃがいも はるさめ マヨネーズ	キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン ほうれん草 枝豆	615	31.0
26	木	ごはん 牛乳	小松菜と豆腐のみそ汁 里芋の煮物 白身魚フライ ソース (クラス)	牛乳 豆腐 みそ ブルーホワイティング	ごはん 砂糖 小麦粉 パン粉 里芋 でんぷん 油	小松菜 にんじん 長ねぎ 枝豆 こんにゃく	650	23.3
27	金	中華めん 牛乳	担々麺 ひじきサラダ 野菜ドレッシング (クラス) 包子 (2個)	牛乳 豚肉 みそ ひじき 鶏肉	中華めん ごま 砂糖 小麦粉 ドレッシング でんぷん パン粉	にんじん 玉ねぎ もやし 長ねぎ チンゲンサイ しょうが キャベツ にんにく	662	27.5
30	月	黒パン 牛乳	ポテトポタージュ チキンラタトゥイユ タコナゲット (2個)	牛乳 生クリーム タコ イカ タラ 鶏肉	黒パン じゃがいも でんぷん 小麦粉 砂糖 油	コーン 玉ねぎ にんにく にんじん パセリ なす 赤ピーマン 黄ピーマン ズッキーニ トマト	663	28.2
31	火	ごはん 牛乳	肉じゃが もやしと大根の葉サラダ サバの幽庵焼き パンパンジードレッシングドレッシング (クラス)	牛乳 豚肉 サバ みそ	ごはん じゃがいも 砂糖 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ グリーンピース ゆず もやし 大根の葉 しらたき	666	24.8
給食回数		18回		平均栄養量			641	25.7
		※ 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。

🍵 印の献立は、カップにごはんをよそりましょう。



※印の献立は、よくかんで気をつけて食べましょう。

◎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。