



# 令和5年4月分 献立予定表（中学校）



熊谷市立熊谷学校給食センター

| 献立名  |    |   | 注 意 意 義                        | はし<br>の<br>日 | 主 な 材 料 名                            |   |  | 栄 養 量           |               |
|------|----|---|--------------------------------|--------------|--------------------------------------|---|--|-----------------|---------------|
| 日    | 曜日 | 主 食<br>牛 乳<br>料 理 名   |                                |              | 血や肉をつくるもの<br>(あか)                    | 熱や力になるもの<br>(きいろ)                         | 体の調子をととのえるもの<br>(みどり)                              | エネルギー<br>(kcal) | たん白質<br>(グラム) |
| 11   | 火  | ごはん<br>牛乳<br>具だくさん野菜のみそ汁 ★キムタクごはんの具<br>はんぺんチーズフライ                       |                                | 🍴            | 牛乳<br>とうふ 豚肉<br>みそ はんぺん<br>チーズ       | ごはん<br>油 砂糖 パン粉<br>ごま 小麦粉 でんぷん            | にんじん 長ねぎ<br>小松菜 大根 ごぼう<br>玉ねぎ しいたけ<br>白菜 にんにく しょうが | 840             | 29.1          |
| 12   | 水  | バターロールコッパ<br>牛乳<br>※ 洋風だんご汁 ★ごぼうサラダ<br>チキンのレモンガーリック焼き パンパンジードレッシング(クラス) |                                |              | 牛乳<br>鶏肉                             | バターロールコッパ<br>白玉餅<br>ドレッシング<br>でんぷん 砂糖     | にんじん 玉ねぎ<br>キャベツ レモン にんにく<br>枝豆 ごぼう コーン            | 901             | 31.4          |
| 13   | 木  | ごはん<br>牛乳<br>チキンカレー ほうれん草ともやしのサラダ<br>焼きメンチカツ 野菜ドレッシング(クラス)              |                                |              | 牛乳<br>鶏肉<br>卵                        | ごはん<br>油 小麦粉 じゃがいも<br>ドレッシング<br>でんぷん パン粉  | にんじん 長ねぎ<br>玉ねぎ もやし<br>しょうが にんにく<br>ほうれん草          | 903             | 27.7          |
| 14   | 金  | 子どもパン<br>牛乳<br>コーンポタージュ 花野菜サラダ<br>フランクフルト(2本) イタリアンドレッシング(クラス)          |                                |              | 牛乳<br>生クリーム<br>フランクフルト               | 子どもパン<br>バター 小麦粉<br>ドレッシング                | にんじん<br>コーン 玉ねぎ パセリ<br>ブロッコリー カリフラワー               | 941             | 34.3          |
| 17   | 月  | ツイスト<br>パン<br>牛乳<br>野菜コンソメスープ ツナとトマトのパンネ<br>若鶏のピカタ                      |                                |              | 牛乳<br>鶏肉<br>マグロ<br>チーズ 卵             | ツイストパン<br>マカロニ 米粉<br>油 パン粉 でんぷん<br>砂糖 小麦粉 | にんじん 玉ねぎ<br>キャベツ チンゲンサイ<br>コーン パセリ にんにく<br>トマト     | 763             | 27.7          |
| 18   | 火  | 地粉うどん<br>牛乳<br>うま塩鶏うどんの汁 大根サラダ ヨーグルト<br>春野菜のかき揚げ 玉ねぎドレッシング(クラス)         |                                | 🍴            | 牛乳<br>鶏肉<br>わかめ<br>ヨーグルト             | 地粉うどん<br>油 小麦粉<br>ドレッシング<br>でんぷん          | にんじん 長ねぎ<br>エリンギ えのきたけ<br>大根 大根の葉 菜の花<br>たけのこ 玉ねぎ  | 835             | 25.8          |
| 19   | 水  | <b>ごはん</b><br><b>牛乳</b><br>ほうれん草と油揚げのみそ汁 こんにゃくソテー<br>彩の国里芋コロッケ ソース(クラス) |                                | 🍴            | 牛乳<br>油揚げ みそ<br>鶏肉                   | ごはん<br>小麦粉 パン粉 油<br>砂糖 里芋 でんぷん            | にんじん 長ねぎ<br>ほうれん草 玉ねぎ<br>しょうが 小松菜                  | 794             | 26.7          |
| 20   | 木  | ライスボール<br>パン<br>牛乳<br>ミネストローネ ジャーマンポテト<br>てりまヨチキン                       |                                |              | 牛乳<br>鶏肉<br>ベーコン                     | ライスボールパン<br>マカロニ バター<br>砂糖 マヨネーズ じゃがいも    | にんじん<br>玉ねぎ キャベツ にんにく<br>トマト コーン                   | 757             | 39.1          |
| 21   | 金  | ごはん<br>牛乳<br>じゃが芋のカレー煮 もやしと大根の葉サラダ<br>野菜入りつくね 野菜ドレッシング(クラス)             |                                | 🍴            | 牛乳<br>鶏肉                             | ごはん じゃがいも<br>砂糖 パン粉 でんぷん<br>ドレッシング 油      | にんじん 長ねぎ しょうが<br>玉ねぎ<br>もやし 大根の葉 れんこん              | 779             | 29.4          |
| 24   | 月  | 中華めん<br>牛乳<br>みそラーメンスープ ヘルシーサラダ<br>シューマイ(2個) 香味塩ドレッシング(クラス)             |                                | 🍴            | 牛乳<br>鶏肉 豚肉<br>みそ                    | 中華めん<br>ごま でんぷん<br>ドレッシング 小麦粉             | にんじん 長ねぎ キャベツ<br>玉ねぎ もやし いら<br>ほうれん草 しょうが にんにく     | 718             | 33.0          |
| 25   | 火  | 子どもパン<br>牛乳<br>パンネのクリーム煮 生パイン<br>ハンバーグの新玉ねぎソースかけ                        |                                |              | 牛乳<br>鶏肉                             | 子どもパン<br>マカロニ パン粉<br>油 小麦粉<br>砂糖 でんぷん     | にんじん 玉ねぎ<br>しめじ えのきたけ コーン<br>にんにく<br>パイン           | 945             | 37.5          |
| 27   | 木  | ごはん<br>牛乳<br>若竹汁 ★根菜の煮物<br>鶏の竜田揚げ ブルーベリーのタルト                            |                                | 🍴            | 牛乳<br>かまぼこ<br>わかめ 鶏肉                 | ごはん<br>でんぷん 油<br>砂糖<br>ブルーベリーのタルト         | にんじん 長ねぎ<br>たけのこ しょうが 大根<br>ごぼう いんげん れんこん          | 884             | 36.3          |
| 28   | 金  | ごはん<br>牛乳<br>もずくスープ 豚肉のプルコギ風<br>白身魚フライ ソース(クラス)                         |                                | 🍴            | 牛乳<br>もずく 豆腐 ホタテ<br>豚肉<br>ブルーホワイティング | ごはん<br>油 でんぷん<br>小麦粉 パン粉<br>砂糖            | にんじん 長ねぎ<br>しょうが にんにく<br>もやし 玉ねぎ いら                | 772             | 30.5          |
| 給食回数 |    |   | 13回                            |              | 平均 栄 養 量                             |   |  | 833             | 31.4          |
|      |    |   | ※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                            |   |  | 830             | 27~42         |

🐟 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、よくかんで気をつけて食べましょう。

★ 印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

🍵 印の献立は、カップにごはんをよそりましょう。

📦 は、「ふるさと給食」です。



※4月は、小学校1年生が初めて給食を食べる都合上、パンの日の回数が増えています。

