



令和6年 5月分 献立予定表 (中学校)



熊谷学校給食センター

献立名		注 意 意	はしりの日	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)
1	水	ごはん 牛乳	つみれ汁 ドライカレー 白身魚フライ	魚	牛乳 タラ エビ オキアミ 豆腐 ブルーホワイティング 豚肉 大豆	ごはん 砂糖 油 てん粉 パン粉 小麦粉	にんじん 長ねぎ みつば 赤ピーマン 黄ピーマン ピーマン 玉ねぎ トマト しょうが にんにく	810	33.6
2	木	中華めん 牛乳	マーボーメンスープ 茎わかめのサラダ えびしゅうまい(2個) 中華ドレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 豆腐 みそ エビ スケソウダラ 茎わかめ	中華めん 油 小麦粉 砂糖 てん粉 春雨 ドレッシング	にんじん 長ねぎ たけのこ しいたけ しょうが にんにく 玉ねぎ 大根の葉	802	31.3
7	火	バターロールコッペ 牛乳	野菜コンソメスープ チキンビーンズ いかなゲット(2個)		牛乳 イカ タラ 大豆 鶏肉	バターロールコッペ てん粉 小麦粉 油 砂糖	にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 トマト	851	33.8
8	水	ごはん 牛乳	高野豆腐のみそ汁 こんにやくねぎ塩ソテー カツオ竜田揚げ	魚	牛乳 わかめ 凍り豆腐 みそ カツオ 鶏肉	ごはん 油 てん粉	えのきたけ エリンギ ほうれん草 長ねぎ しょうが 小松菜 にんじん しらたき	746	36.0
9	木	ごはん 牛乳	ハヤシライス 杏仁フルーツ プレーンオムレツ		牛乳 豚肉 卵	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 杏仁豆腐 てん粉	にんじん 玉ねぎ トマト りんご 黄桃 白桃 ラ・フランス	889	23.0
10	金	黒パン 牛乳	わんたんスープ 花野菜サラダ チーズ 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 フランクフルト チーズ	黒パン わんたん ドレッシング	にんじん もやし 長ねぎ 小松菜 ブロッコリー カリフラワー	896	34.5
13	月	ごはん 牛乳	沢煮椀 じゃが芋の磯煮 ブリの南蛮漬け	魚	牛乳 ブリ さつま揚げ ひじき	ごはん てん粉 油 砂糖 ごま じゃがいも	にんじん ごぼう たけのこ 長ねぎ しいたけ しょうが 玉ねぎ 赤ピーマン 枝豆 しらたき	806	30.8
14	火	地粉うどん 牛乳	ひめこあろしうどんの汁 ヘルシーサラダ 玉ねぎドレッシング(クラス) 竹輪の磯辺揚げ・さつま芋のお茶天ぷら(1個ずつ)		牛乳 油揚げ ちくわ あおさ	地粉うどん 小麦粉 油 さつま芋 てん粉 ドレッシング	ほうれん草 なめこ 大根 長ねぎ にんじん キャベツ 抹茶 こんにやく	778	26.0
15	水	ごはん 牛乳	わかめスープ 豚肉と厚揚げのみそ炒め 野菜入りつくね		牛乳 わかめ かまぼこ 豚肉 鶏肉 厚揚げ みそ	ごはん 油 砂糖 パン粉 てん粉	にんじん 長ねぎ もやし たけのこ れんこん 玉ねぎ ピーマン しょうが にんにく	757	29.5
16	木	ごはん 牛乳	鶏ごぼうのみそ汁 切干大根の炒り煮 サバの塩焼き	魚	牛乳 鶏肉 みそ サバ 油揚げ アサリ	ごはん 油 砂糖	にんじん ごぼう 玉ねぎ 小松菜 しいたけ しょうが 切干大根	824	38.6
17	金	ごはん 牛乳	ピリ辛肉豆腐 もやしのお浸し 厚焼玉子 かつお節・しょうゆ(クラス)		牛乳 豆腐 豚肉 卵 かつお節	ごはん 豆腐 豚肉 てん粉	玉ねぎ にんじん 小松菜 しいたけ しょうが ほうれん草 もやし	761	33.1
20	月	子どもパン 牛乳	ポテトポタージュ 桜エビとキャベツのパペロンチーノ 野菜入り豆腐バーグ		牛乳 生クリーム 豆腐 鶏肉 桜エビ	子どもパン じゃがいも 油 小麦粉 スバゲティ パン粉 砂糖	玉ねぎ にんじん パセリ 枝豆 しょうが キャベツ にんにく	809	31.3
21	火	ごはん 牛乳	すまし汁 大豆の磯煮 じゃこカツ		牛乳 凍り豆腐 わかめ 大豆 ひじき じゃこ天	ごはん 小麦粉 パン粉 油 砂糖	ほうれん草 にんじん 長ねぎ えのきたけ こんにやく	749	28.2
22	水	中華めん 牛乳	あさり入り塩ラーメンスープ 切干大根のサラダ 春巻き ナムルドレッシング(クラス)		牛乳 豚肉 アサリ わかめ	中華めん ごま 小麦粉 てん粉 砂糖 春雨 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ ごま たけのこ 玉ねぎ キャベツ 切干大根 きゅうり	772	28.2
23	木	食パン 牛乳	ABCスープ じゃがいもの洋風煮 鶏肉の人参マヨ焼き チョコクリーム		牛乳 鶏肉 ベーコン	食パン チョコクリーム マカロニ マヨネーズ ごま じゃがいも バター	玉ねぎ にんじん キャベツ 枝豆 にんにく トマト コーン	921	42.5
24	金	ごはん 牛乳	厚揚げのみそ汁 ★変わり金平 イワシのみぞれ煮	魚	牛乳 厚揚げ みそ イワシ	ごはん 油 砂糖 てん粉 ごま	にんじん 小松菜 長ねぎ 大根 ごぼう れんこん いんげん こんにやく	765	28.0
27	月	ごはん 牛乳	チキンカレー 冷凍みかん スパニッシュパンキンオムレツ		牛乳 鶏肉 卵	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 てん粉 砂糖	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく かぼちゃ みかん	833	26.3
28	火	ツイストパン 牛乳	ビーンズスープ ブロッコリーとこんにやくのサラダ ★豚肉のマリアナソース 野菜ドレッシング(クラス)		牛乳 大豆 豚肉 豚レバー	ツイストパン てん粉 油 砂糖 ドレッシング	にんじん キャベツ 小松菜 玉ねぎ しょうが にんにく 黄ピーマン 赤ピーマン ブロッコリー こんにやく	851	37.4
29	水	ごはん 牛乳	豚汁 わかめサラダ ヨーグルト 銀ヒラスの照り焼き パンパンジードレッシング(クラス)	魚	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 銀ヒラス わかめ ヨーグルト	ごはん ドレッシング 砂糖 てん粉	にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ もやし きゅうり	777	32.7
30	木	地粉うどん 牛乳	うま塩鶏うどんの汁 ★ごぼうとお豆のサラダ 抹茶きなこ揚げパン ごまドレッシング(クラス)		牛乳 鶏肉 わかめ きなこ 大豆	地粉うどん 油 胚芽ロール 砂糖 ドレッシング	長ねぎ にんじん エリンギ えのきたけ 枝豆 ごぼう 抹茶	799	30.1
31	金	コッペパン 牛乳	クラムチャウダー 大根サラダ 鮭のガーリックバジル焼き イタリアンドレッシング(クラス)	魚	牛乳 アサリ 鮭	コッペパン じゃがいも 小麦粉 油 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ キャベツ にんにく バジル 大根 大根の葉	759	36.2
給食回数				21回	平均栄養量			807	32.0
				※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	

魚印の献立は、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。
 は、「ふるさと給食」です。◎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。

