



令和7年 10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 に	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 (あかい)	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	水	ごはん 牛乳	わかめスープ 里芋のごまみそ煮 さんまのかば焼き			牛乳 サンマ わかめ みそ	ごはん でん粉 砂糖 油 里芋 ごま	にんじん 長ねぎ もやし たけのこ ごぼう 枝豆 こんにゃく	775	27.6
2	木	ごはん 牛乳	野菜のごま風味汁 こんにゃくねぎ塩ソテー 春巻き			牛乳 豆腐 油揚げ みそ 鶏肉	ごはん ごま 油 でん粉 春雨 小麦粉 砂糖	にんじん 大根 たけのこ ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ キャベツ しいたけ 小松菜 しらたき	827	28.0
3	金	ごはん 牛乳	ハヤシライス ほうれん草と春雨のサラダ イカナゲツ(2個) イタリアンドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 イカ タラ	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 でん粉 春雨 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ トマト 赤ピーマン 黄ピーマン ほうれん草	909	30.0
6	月	食パン 牛乳	野菜コンソメスープ ツナときのこのクリーム煮 照り焼きチキンパテ チョコクリーム			牛乳 ベーコン マグル 鶏肉	食パン 油 小麦粉 パン粉 砂糖 でん粉 チョコクリーム	にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン エリンギ えのきたけ	822	32.5
7	火	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁 ひじきともやしのサラダ 手作りたれカツ 中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豆腐 みそ 鶏肉 ひじき	ごはん 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ドレッシング	小松菜 長ねぎ にんじん なめこ もやし 大根の葉	809	34.2
8	水	地粉うどん 牛乳	うま塩鶏うどんの汁 ★ごぼうサラダ スパニッシュパンパンキンオムレツ ごまドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 わかめ 卵	地粉うどん 油 ドレッシング でん粉 砂糖	長ねぎ にんじん エリンギ えのきたけ かぼちゃ れんこん ごぼう コーン	701	28.3
9	木	ごはん 牛乳	わんたんスープ 切干大根の炒り煮 サバの塩焼き			牛乳 豚肉 サバ 油揚げ アサリ	ごはん わんたん 油 砂糖	にんじん もやし 玉ねぎ ほうれん草 切干大根 しょうが	830	37.4
10	金	ごはん 牛乳	おふのみそ汁 大豆の磯煮 じゃこカツ			牛乳 豆腐 ふみそ 大豆 ひじき じゃこ天	ごはん 油 砂糖 パン粉 小麦粉	ほうれん草 玉ねぎ にんじん	771	28.7
14	火	ブルーベリー クリームパン 牛乳	熊谷誕生うどん さっぱりサラダ くまがやマドレーヌ ラグビーかぼちゃのミートソースグラタン 真中華ドレッシング(クラス)			牛乳 油揚げ 鶏肉 牛肉 チーズ	ブルーベリークリームパン 熊谷うどん 油 春雨 ドレッシング 小麦粉 砂糖 でん粉 くまがやマドレーヌ	大根 長ねぎ 白菜 にんじん 小松菜 えのきたけ ナイスライカぼちゃ にんにく コーン 玉ねぎ トマト きゅうり	712	25.7
15	水	ごはん 牛乳	中華スープ 大根とツナの煮物 包子(2個)			牛乳 豚肉 わかめ 鶏肉 マグル	ごはん 油 小麦粉 でん粉 パン粉 砂糖	もやし たけのこ にんじん しいたけ 大根 しょうが 玉ねぎ こんにゃく	744	27.8
16	木	ごはん 牛乳	チキンカレー 花野菜サラダ 白身魚フライ 野菜ドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 ブルーホワイティング	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 でん粉 ドレッシング	玉ねぎ にんじん しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	990	31.7
20	月	中華めん 牛乳	みそラーメンスープ 大根サラダ 鬼まん 中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 みそ 茎わかめ	中華めん ごま 油 小麦粉 さつま芋 砂糖 ドレッシング	もやし にんじん 玉ねぎ ほうれん草 長ねぎ コーン しょうが にんにく 大根	733	27.7
21	火	ごはん 牛乳	すまし汁 ★みそ金平 ハンバーグ和風きのこソース			牛乳 かまぼこ 凍り豆腐 わかめ 鶏肉 みそ	ごはん 油 砂糖 ごま パン粉	小松菜 長ねぎ にんじん えのきたけ 玉ねぎ エリンギ にんにく ごぼう れんこん こんにゃく	775	31.2
22	水	ごはん 牛乳	あさりのみそ汁 おひたし 肉団子(2個) しょうゆ・かつお節(クラス)			牛乳 アサリ 豆腐 みそ 鶏肉 かつお節	ごはん でん粉 砂糖 パン粉 油	にんじん 大根 長ねぎ ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ	730	30.8
23	木	ごはん 牛乳	茎わかめの中華スープ 豚肉と厚揚げのみそ炒め ちくわの磯辺揚げ(2個) ※ちーず大福			牛乳 鶏肉 茎わかめ ちくわ あおさ 豚肉 厚揚げ みそ	ごはん 小麦粉 でん粉 油 砂糖 ちーず大福	もやし にんじん 長ねぎ たけのこ しいたけ 玉ねぎ ピーマン しょうが にんにく	986	31.9
24	金	こどもパン 牛乳	コーンポタージュ トマトビーンズ 赤魚のアヒージョ風			牛乳 ベーコン 赤魚 大豆	こどもパン 油 小麦粉 砂糖 でん粉	玉ねぎ にんじん コーン パセリ にんにく 枝豆 トマト	839	35.9
27	月	ごはん 牛乳	ピリ辛春雨スープ ◎かてめしの具 コロッケ ソース(クラス)			牛乳 鶏肉 油揚げ 凍り豆腐	ごはん 春雨 油 じゃがいも 砂糖 ごま パン粉 小麦粉	もやし にんじん 長ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく いんげん ごぼう しいたけ こんにゃく	822	25.5
28	火	地粉うどん 牛乳	鶏五目うどんの汁 グリーンサラダ ブルーベリーパンケーキ パンパンジードレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ ヨーグルト	地粉うどん 小麦粉 砂糖 油 ドレッシング	玉ねぎ 小松菜 にんじん ブルーベリー ブロッコリー キャベツ きゅうり	784	34.3
29	水	ごはん 牛乳	大根のみそ汁 キムチ肉じゃが 厚焼き玉子			牛乳 豆腐 わかめ みそ 卵 豚肉 昆布	ごはん じゃがいも 油 砂糖 でん粉	大根 にんじん 長ねぎ 大根の葉 玉ねぎ しょうが 枝豆 白菜 にんにく	737	28.6
30	木	ごはん 牛乳	沢煮鮎 煮びたし イワシのみぞれ煮			牛乳 豚肉 イワシ 鶏肉	ごはん 砂糖 ごま でん粉	たけのこ にんじん ごぼう 長ねぎ えのきたけ しいたけ 大根 小松菜 もやし	728	32.2
31	金	ごはん 牛乳	高野豆腐のみそ汁 ヘルシーサラダ 豚肉のマリアナソース 玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 わかめ 凍り豆腐 みそ 豚肉 豚レバー	ごはん でん粉 油 砂糖 ドレッシング	ほうれん草 長ねぎ エリンギ 黄ピーマン 赤ピーマン にんじん キャベツ にんにく しょうが こんにゃく	802	33.8
給食回数		21回 ※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。			平均栄養量 基準栄養量			801 830	30.7 27~42	

は、新熊谷市誕生20周年記念『プレミアム給食』です。
市内の特産物を使用した献立を児童・生徒のみなさんから募集し決定しました。

【メニュー名】	【学校名】	【学年】	【考案者】
ブルーベリークリームパン	成田星宮小	3年	井澤凜さん
熊谷誕生うどん	吉見小	6年	矢島脩暉さん
ラグビーかぼちゃのミートソースグラタン	石原小	6年	中島惟吹さん
さっぱりサラダ	別府小	4年	原口結菜さん
	籠原小	6年	シメえまるさん

★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。

◎混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。
※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。



熊谷市の特産物を食べてみんなで
お祝いしましょう。



14日…くまがやマドレーヌ、23日…ちーず大福は、給食用に特別に作っていただきます。