

令和8年1月分 献立予定表 (小学校A)



くまがやしりつくまがやがっこうきゅうしょく
熊谷市立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) | 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) | |
| 9 | 金 | ごはん 牛乳 | わかめスープ ビビンバの具 包子(2個) | / | 牛乳 みそ 鶏肉 豚肉 わかめ | ごはん でん粉 ごま パン粉 砂糖 油 小麦粉 | にんじん しょうが 玉ねぎ もやし 小松菜 にんにく えのきたけ ほうれん草 | 587 26.5 |
| 13 | 火 | ごはん 牛乳 | ※雑煮 ★みそきんぴら マスの照り焼き | ○/ | 牛乳 鶏肉 みそ マス | ごはん 白玉餅 砂糖 油 | しいたけ 小松菜 トマト にんじん 大根 ごぼう 白菜 長ねぎ れんこん | 572 27.3 |
| 14 | 水 | 地粉うどん 牛乳 | 山菜きつねうどん汁 人参ともやしのサラダ アメリカンドッグ イタリアンドレッシング(クラス) | / | 牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ フランクフルト | 地粉うどん ホットケーキミックス ドレッシング 油 | わらび 水菜 えのきたけ うど なめこ たけのこ にんじん 長ねぎ もやし 大根の葉 | |
| 15 | 木 | バターロールパン 牛乳 | 冬野菜シチュー みかんフルーツポンチ ハンバーグのバーベキューソース | | 牛乳 鶏肉 | バターロールパン 油 パン粉 小麦粉 みかんゼリー 砂糖 | にんじん りんご 洋なし 黄桃 白桃 かぶ 玉ねぎ パセリ 白菜 プロコッキー にんにく りんご トマト | 707 26.0 |
| 16 | 金 | ごはん 牛乳 | 春雨スープ ソイ丼の具 白身魚フライ | ○/ | 牛乳 ブルーホワイティング 鶏肉 ベーコン 大豆 | ごはん パン粉 でん粉 小麦粉 油 砂糖 はるさめ ごま | にんじん 長ねぎ もやし にんにく 玉ねぎ しょうが 枝豆 | 624 25.0 |
| 19 | 月 | わかめごはん 牛乳 | みそけんちん汁 厚揚げと鶏肉の煮物 厚焼き玉子 | / | 牛乳 鶏肉 たまご みそ 厚揚げ | わかめごはん 里芋 砂糖 でん粉 | にんじん 長ねぎ しょうが ごぼう 大根 小松菜 玉ねぎ | 582 24.2 |
| 20 | 火 | ごはん 牛乳 | 豆腐のすまし汁 かてめしの具 焼きメンチカツ | / | 牛乳 鶏肉 わかめ 豆腐 油揚げ | ごはん でん粉 砂糖 パン粉 | えのきたけ にんじん いんげん ごぼう しいたけ ほうれん草 玉ねぎ | 604 22.5 |
| 21 | 水 | ごはん 牛乳 | わんたんスープ じゃがいもの磯煮 揚げ餃子(2個) | / | 牛乳 ひじき 豚肉 | ごはん でん粉 小松菜 もやし しょうが 砂糖 わんたん | にんじん 長ねぎ キャベツ 枝豆 玉ねぎ にら にんにく しらたき | |
| 22 | 木 | 中華めん 牛乳 | 彩花ごまみそラーメンスープ 基わかれのサラダ 肉まん 中華ドレッシング(クラス) | / | 牛乳 豚肉 くきわかれ みそ | 中華めん 砂糖 パン粉 小麦粉 はるさめ 油 でん粉 ごま ドレッシング | にんじん もやし しょうが 玉ねぎ 長ねぎ たけのこ コーン にら にんにく しいたけ 大根の葉 | 654 23.8 |
| 23 | 金 | ライスボールパン 牛乳 | 熊谷うどん 切干大根のサラダ 冬野菜のかき揚げ バンバンジードレッシング(クラス) | / | 牛乳 油揚げ 鶏肉 | ライスボールパン 油 熊谷うどん 小麦粉 ドレッシング | 白菜 大根 玉ねぎ 長ねぎ にんじん ごぼう 切干大根 枝豆 春菊 赤ピーマン 黄ピーマン | 766 22.9 |
| 26 | 月 | ごはん 牛乳 | 野菜スープ ひじきと大豆の煮物 イワシのみぞれ煮 | ○/ | 牛乳 イワシ 大豆 ひじき 鶏肉 | ごはん でん粉 油 じゃがいも 砂糖 | にんじん 大根 チンゲンサイ いんげん 玉ねぎ | 582 23.8 |
| 27 | 火 | ごはん 牛乳 | 豚汁 妻沼ねぎのナムル のりごまふりかけ 鶏肉の人参マヨ焼き ナムルドレッシング(クラス) | / | 牛乳 みそ 油揚げ 鶏肉 のり 豚肉 あおさ | ごはん マヨネーズ ごま ドレッシング | ごぼう にんじん 大根 長ねぎ もやし ほうれん草 | 611 31.3 |
| 28 | 水 | ごはん 牛乳 | ほうれん草カレー ブロッコリーサラダ オムレツ 塩中華ドレッシング(クラス) | | 牛乳 たまご 鶏肉 | ごはん 小麦粉 でん粉 砂糖 油 じゃがいも ドレッシング | にんじん ブロッコリー 玉ねぎ しょうが にんにく りんご ほうれん草 コーン 枝豆 | 637 22.5 |
| 29 | 木 | ごはん 牛乳 | トントロリンスープ こんにゃくソテー サバの塩焼き | ○/ | 牛乳 たまご 豚肉 鶏肉 くきわかれ サバ | ごはん 砂糖 油 でん粉 しょうが 小松菜 | にんじん 玉ねぎ コーン しいたけ しらたき | 596 28.7 |
| 30 | 金 | 地粉うどん 牛乳 | うま塩鶏うどんの汁 冬野菜サラダ みそポテト(2個) ごまドレッシング(クラス) | / | 牛乳 みそ 鶏肉 わかめ | 地粉うどん 小麦粉 じゃがいも でん粉 油 砂糖 ドレッシング | にんじん 長ねぎ えのきたけ エリンギ 白菜 大根の葉 れんこん | |
| 給食回数 | | | 15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 | | 631 24.8 |
| | | | | | | 基準栄養量 | | 650 21~33 |

は、「全国学校給食週間」です。〈1/24(土)～1/30(金)〉

それに伴い、地場産(熊谷市産または埼玉県産)の食材を取り入れています。

イラスト表示のある食材は、地場産食材の予定です! 楽みにしていてくださいね♪

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、よくかんで気を付けて食べましょう。★印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

◎ 混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。

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。

公式Instagramやっています!

フォローおねがいします!!

