

令和8年1月分 献立予定表 (小学校B)



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)	エネルギー (kcal)	たん白質 (グラム)	
9	金	じこな 地粉うどん ぎゅうにゅう 牛乳	さんさい 山菜きつねうどん汁 じる 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	716	28.7	
13	火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	わかめスープ ビビンバの具 ぱおす 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 ににく えのきたけ ほうれん草	587	26.5	
14	水	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	※雑煮 ★みそきんぴら マスの照り焼き	魚	//	牛乳 鶏肉 みそ マス	ごはん 白玉餅 砂糖 油 小麦粉	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 こんにゃく	572	27.3
15	木	わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳	みそけんちん汁 厚揚げと鶏肉の煮物 あつや たまご 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	
16	金	バターロールパン ぎゅうにゅう 牛乳	ふゆやさい 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 ブロッコリー ににく りんご トマト こんにゃくゼリー	707	26.0	
19	月	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	はるさめ 春雨スープ ソイ丼の具 しろみざかな 白身魚フライ	魚	//	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 ににく 玉ねぎ しょうが 枝豆	624	25.0
20	火	ちゅうか 中華めん ぎゅうにゅう 牛乳	彩花ごまみそラーメンスープ茎わかめのサラダ にく ちゅうか 肉まん 中華ドレッシング (クラス)	//	牛乳 豚肉 くきわかめ 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 ににく しいたけ 大根の葉	654	23.8	
21	水	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	とうふ 豆腐のすまし汁 かてめしの具 や 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 こんにゃく	604	22.5	
22	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	わんたんスープ じゃがいもの磯煮 あひ ぎょうざ 揚げ餃子 (2個)	//	牛乳 ひじき 豚肉	ごはん でん粉 じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 わんたん	にんじん 長ねぎ キャベツ 小松菜 もやし しょうが 枝豆 玉ねぎ にら ににく しらたき	582	18.8	
23	金	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	とんじる 豚汁 妻沼ねぎのナムル のりごまふりかけ とりにく にんじん 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	
26	月	ライスボールパン ぎゅうにゅう 牛乳	くまがや 熊谷うどん 切干大根のサラダ ふゆやさい 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	
27	火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	やさい 野菜スープ ひじきと大豆の煮物 に イワシのみぞれ煮	魚	//	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
28	水	じこな 地粉うどん ぎゅうにゅう 牛乳	しあとり うま塩鶏うどんの汁 冬野菜サラダ みそボテト (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	641	20.4	
29	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	そよ ほうれん草カレー ブロッコリーサラダ しおちゅうか 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 ににく りんご ほうれん草 コーン 枝豆	637	22.5	
30	金	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	トントロリンスープ こんにゃくソテー しおや サバの塩焼き	魚	//	牛乳 たまご 豚肉 鶏肉 くきわかめ サバ	ごはん 砂糖 でん粉 油 ごま ドレッシング	にんじん 玉ねぎ コーン しいたけ しょうが 小松菜 しらたき	596	28.7
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！楽し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！！



KUMAGAYA.KYUSHOKU