



れい わ ねん がつ ぶん こんだて よて いひょう
令和8年 10月分 献立予定表

しょうがっこう
(小学校B)



くまがやがっこうきゅうしよく
熊谷学校給食センター

献立名				注 意	はし の 日	主 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)	体の調子をとのえるもの (みどり)	エネルギー (kcal)	たん白質 (グラム)
1	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	もやしのみそ汁 切干大根の炒め煮 はるま 春巻き		〰	牛乳 わかめ みそ あさり 油揚げ 鶏肉	ごはん でん粉 春雨 油 小麦粉 砂糖	にんじん 長ねぎ しいたけ もやし ほうれん草 しょうが えのきたけ 切干大根 たけのこ 玉ねぎ キャベツ	687	21.6
2	金	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	芋の子汁 こんにゃくソテー まぐろカツ	🐟	〰	牛乳 豚肉 まぐろ 鶏肉	ごはん さといも 油 パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉	にんじん えのきたけ 大根 長ねぎ 玉ねぎ 小松菜 しょうが しらたき	655	26.0
5	月	黒パン ぎゅうにゅう 牛乳	クラムチャウダー ★ごぼうサラダ わかどり こうみょう 若鶏の香味焼き パンバンジードレッシング (クラス)			牛乳 アサリ 鶏肉	黒パン 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 もやし ごぼう 大根の葉 コーン	644	26.4
6	火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 ★根菜の煮物 とうふ 豆腐バーグの薬味ソースかけ		〰	牛乳 鶏肉 みそ	ごはん じゃがいも 小麦粉 パン粉 砂糖 でん粉	にんじん 玉ねぎ しいたけ 大根の葉 長ねぎ しょうが にんにく 大根 いんげん ごぼう 枝豆 れんこん	604	20.0
7	水	地粉うどん ぎゅうにゅう 牛乳	けんちんうどんの汁 わかめとコーンのサラダ ココア揚げパン 中華ドレッシング (クラス)		〰	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ	地粉うどん さといも 胚芽ロールパン 油 ミルクココア ドレッシング	にんじん ごぼう 大根 えのきたけ 長ねぎ キャベツ コーン	609	22.2
8	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	キーマカレー 三色サラダ チキンナゲット (2個) 玉ねぎドレッシング (クラス)			牛乳 豚肉 大豆 鶏肉 おから	ごはん じゃがいも 小麦粉 油 パン粉 でん粉 砂糖 ドレッシング	玉ねぎ ほうれん草 にんじん しょうが にんにく ブロッコリー 赤ピーマン 黄ピーマン	658	25.3
9	金	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	ほうれん草と油揚げのみそ汁 厚揚げと鶏肉の煮物 ばおず 包子 (2個)		〰	牛乳 油揚げ みそ 豚肉 鶏肉 厚揚げ	ごはん でん粉 パン粉 砂糖 小麦粉	ほうれん草 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ しょうが 小松菜	635	27.5
13	火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	たけのこ春雨のスープ もやしのお浸し ★豚肉とレバーのごまだれ かつお節・しょうゆ (クラス)		〰	牛乳 豚肉 豚レバー かつお節	ごはん 春雨 でん粉 ごま 砂糖 油	たけのこ 小松菜 にんじん 長ねぎ にんにく しいたけ しょうが ほうれん草 もやし	633	25.6
14	水	ドッグパン ぎゅうにゅう 牛乳	野菜スープ ナポリタン ロングフランクフルト			牛乳 フランクフルト 豚肉	ドッグパン じゃがいも スパゲティ 油	にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ キャベツ グリーンピース トマト	560	22.2
15	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	なめこのみそ汁 大根と鶏肉の煮物 イワシの梅煮	🐟	〰	牛乳 豆腐 みそ イワシ 鶏肉	ごはん 砂糖 でん粉 油	なめこ 長ねぎ 梅 にんじん 小松菜 大根 しょうが こんにゃく	577	27.5
19	月	中華めん ぎゅうにゅう 牛乳	塩ラーメンスープ 切干大根のサラダ にく 肉まん パンバンジードレッシング (クラス)		〰	牛乳 豚肉 わかめ	中華めん でん粉 小麦粉 パン粉 砂糖 油 ごま ドレッシング	にんじん コーン 長ねぎ キャベツ チンゲンサイ もやし 玉ねぎ たけのこ 切干大根 しいたけ しょうが 赤ピーマン 黄ピーマン	589	21.9
20	火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	※すいとん 煮びたし アジフライのマスタードソースかけ	🐟	〰	牛乳 豚肉 アジ 鶏肉	ごはん 小麦粉 でん粉 パン粉 油 砂糖 ごま	大根 にんじん 長ねぎ しいたけ トマト 小松菜 もやし	714	30.5
21	水	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	きのこストロガノフ カリフラワーのサラダ ツナマヨムレツ イタリアンドレッシング (クラス)			牛乳 豚肉 生クリーム 卵 まぐろ	ごはん 油 小麦粉 砂糖 でん粉 ドレッシング	エリンギ マッシュルーム グリーンピース にんじん 玉ねぎ にんにく トマト カリフラワー 枝豆 コーン	665	23.1
22	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	あさりのみそ汁 しらたきサラダ 野菜ふりかけ ハンバーグのおろしかけ ナムルドレッシング (クラス)		〰	牛乳 アサリ みそ 鶏肉 豆腐 アオサ のり	ごはん でん粉 パン粉 ごま 砂糖 ドレッシング	にんじん 長ねぎ 小松菜 玉ねぎ 大根 にんにく コーン 大根の葉 しいたけ しらたき	602	25.4
23	金	子どもパン ぎゅうにゅう 牛乳	さつま芋のポタージュ 茎わかめのサラダ さい 彩の国小松菜入りメンチカツ 野菜ドレッシング (クラス)	ふるさと 給食の日		牛乳 生クリーム 豚肉 茎わかめ	子どもパン さつま芋 油 小麦粉 砂糖 パン粉 ドレッシング	玉ねぎ コーン にんじん パセリ 小松菜 もやし きゅうり	667	21.4
26	月	酢めし ぎゅうにゅう 牛乳	すまし汁 ◎磯寿司の具 えびシューマイ (2個)		〰	牛乳 かまぼこ わかめ たら エビ 鶏肉 ひじき 大豆 油揚げ	酢めし でん粉 砂糖 小麦粉 油	にんじん 長ねぎ えのきたけ 玉ねぎ キャベツ いんげん こんにゃく	577	22.8
27	火	地粉うどん ぎゅうにゅう 牛乳	もろこしうどんの汁 まめまめサラダ みそポテト 中華ドレッシング (クラス)		〰	牛乳 鶏肉 卵 みそ 大豆	地粉うどん でん粉 じゃがいも 小麦粉 油 砂糖 ドレッシング	にんじん 長ねぎ 小松菜 コーン キャベツ 枝豆	679	24.9
28	水	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	肉豆腐 花野菜サラダ ぎょうざ (2個) 塩中華ドレッシング (クラス)		〰	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉	ごはん 砂糖 でん粉 小麦粉 油 ドレッシング	玉ねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが キャベツ にら ブロッコリー カリフラワー	631	26.3
29	木	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	大根のみそ汁 五目肉じゃが サバの塩焼き	🐟	〰	牛乳 油揚げ わかめ みそ サバ 鶏肉	ごはん じゃがいも 砂糖	大根 にんじん 大根の葉 長ねぎ 玉ねぎ たけのこ いんげん	600	29.3
給食回数		19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	24.7
						基 準 栄 養 量			650	21~33



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。

◎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。

〰はしの日、忘れずに持参しましょう。

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。



公式instagramやっています！
フォローおねがいします！！



KUMAGAYA.KYUSHOKU

