



# 令和4年1月分 献立予定表 (小学校B)



熊谷市立熊谷学校給食センター

| 献立名  |    |                 | はしの日                          | 主な材料名                             |                                                       |                                                        | 栄養量             |               |
|------|----|-----------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------|---------------|
| 日    | 曜日 | 主食<br>牛乳        |                               | 血や肉をつくるもの<br>(あか)                 | 熱や力になるもの<br>(きいろ)                                     | 体の調子をととのえるもの<br>(みどり)                                  | エネルギー<br>(kcal) | たん白質<br>(グラム) |
| 12   | 水  | 山型食パン<br>牛乳     |                               | 牛乳<br>豚肉 チーズ<br>鶏肉 卵<br>ベーコン      | 山型食パン<br>マカロニ パン粉 砂糖<br>じゃがいも 小麦粉 水あめ<br>バター いちごジャム 油 | にんじん 玉ねぎ<br>キャベツ パセリ<br>にんにく トマト<br>コーン グリンピース         | 613             | 24.0          |
| 13   | 木  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>みそ わかめ<br>銀ヒラス              | ごはん<br>油 砂糖<br>ごま でんぷん                                | にんじん 長ねぎ<br>大根 ごぼう<br>れんこん                             | 561             | 21.3          |
| 14   | 金  | 地粉うどん<br>牛乳     |                               | 牛乳<br>豚肉 ちくわ<br>あおさ               | 地粉うどん<br>油<br>小麦粉 でんぷん<br>ドレッシング                      | にんじん 玉ねぎ<br>小松菜 しいたけ<br>しょうが かぼちゃ<br>もやし 枝豆 コーン        | 666             | 24.7          |
| 17   | 月  | 子どもパン<br>牛乳     |                               | 牛乳<br>ベーコン カタクチイワシ<br>鶏肉<br>ウィンナー | 子どもパン<br>春雨 油 でんぷん<br>小麦粉 パン粉 アーモンド<br>マカロニ 砂糖 ごま     | にんじん 長ねぎ<br>白菜 コーン 玉ねぎ<br>パセリ にんにく トマト                 | 627             | 26.0          |
| 18   | 火  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>鶏肉 卵<br>みそ サバ               | ごはん<br>トッポギ 油<br>でんぷん 砂糖<br>ドレッシング                    | にんじん 玉ねぎ<br>もやし 白菜 しょうが<br>ブロッコリー コーン<br>枝豆 りんご にんにく   | 680             | 32.0          |
| 19   | 水  | 茶めし<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>さつま揚げ<br>鶏肉 昆布              | 茶めし 油 でんぷん 水あめ<br>じゃがいも 砂糖 パン粉<br>ドレッシング              | にんじん 長ねぎ<br>大根 ほうれん草<br>もやし 玉ねぎ れんこん                   | 577             | 23.2          |
| 20   | 木  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>わかめ みそ<br>鶏肉 豆腐             | ごはん<br>砂糖 でんぷん<br>パン粉                                 | にんじん 長ねぎ<br>もやし ほうれん草<br>えのきたけ 玉ねぎ<br>しょうが にんにく グリンピース | 667             | 29.3          |
| 21   | 金  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>鶏肉<br>イカ タラ                 | ごはん<br>じゃがいも でんぷん<br>小麦粉 油 砂糖<br>いちごゼリー               | にんじん 玉ねぎ<br>れんこん ほうれん草<br>にんにく しょうが<br>りんご みかん 黄桃 バイン  | 766             | 24.1          |
| 24   | 月  | 中華めん<br>牛乳      |                               | 牛乳<br>鶏肉                          | 中華めん<br>でん粉 油 砂糖<br>小麦粉 さつまいも<br>ドレッシング でんぷん          | にんじん 長ねぎ<br>もやし ほうれん草<br>しょうが たけのこ<br>大根 大根の葉          | 610             | 23.4          |
| 25   | 火  | ライスボールパン<br>牛乳  |                               | 牛乳<br>鶏肉<br>豚肉 油揚げ                | ライスボールパン<br>熊谷うどん 砂糖<br>ドレッシング<br>でんぷん                | にんじん 長ねぎ<br>ごぼう 枝豆<br>コーン 白菜<br>ほうれん草                  | 728             | 32.6          |
| 26   | 水  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>鶏肉<br>のり タラ<br>あおさ          | ごはん<br>油 砂糖<br>ごま でんぷん                                | にんじん 長ねぎ<br>えのきたけ エリンギ みかん<br>白菜 しいたけ 大根               | 617             | 25.8          |
| 27   | 木  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>鮭 豆腐<br>みそ 鶏肉<br>豚肉         | ごはん<br>じゃがいも<br>ごま 砂糖<br>油 でんぷん                       | にんじん 長ねぎ<br>大根 しょうが<br>キャベツ 小松菜<br>もやし 玉ねぎ             | 643             | 27.2          |
| 28   | 金  | バターロールコッペ<br>牛乳 |                               | 牛乳<br>鶏肉<br>生クリーム<br>フランクフルト 大豆   | バターロールコッペ<br>じゃがいも 油<br>小麦粉                           | にんじん 玉ねぎ<br>白菜 グリンピース<br>トマト パセリ                       | 704             | 28.1          |
| 31   | 月  | ごはん<br>牛乳       |                               | 牛乳<br>豚肉 わかめ<br>鶏肉 チーズ<br>みそ      | ごはん<br>里芋 小麦粉<br>パン粉 油<br>砂糖 でんぷん                     | にんじん 玉ねぎ<br>えのきたけ もやし<br>キャベツ しょうが<br>にんにく             | 628             | 21.6          |
| 給食回数 |    |                 | 14 回                          | 平均栄養量                             |                                                       |                                                        | 649             | 26.0          |
|      |    |                 | 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                             |                                                       |                                                        | 650             | 21～33         |

バナソニック  
ワイルドナイ  
ツを応援し  
よう！

🐟 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。  
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。

☐ は、「全国学校給食週間」です。1/24(月)～1/30(日)

熊谷市産・埼玉県産の食材や郷土料理を取り入れています。

|      |      |       |          |
|------|------|-------|----------|
| 熊谷市産 | 長ねぎ  | 熊谷うどん | 小麦粉(鬼まん) |
| 埼玉県産 | にんじん | えのきたけ | 白菜       |
|      |      |       | ほうれん草    |