



令和6年 2月分 献立予定表 (中学校)



熊谷市立熊谷学校給食センター

日	曜日	献立名		注骨 意に	は し の 日	主 な 材 料 名			栄養量	
		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)
1	木	ごはん 牛乳	すまし汁 こんにゃくねぎ塩ソテー 赤魚磯辺フライ			牛乳 凍り豆腐 わかめ 赤魚 青のり 鶏肉	ごはん 小麦粉 パン粉 油	ほうれん草 にんじん 長ねぎ えのきたけ 小松菜 しらたき	733	30.8
2	金	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 杏仁フルーツ ギョーザ(2個)			牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ 鶏肉	ごはん 油 砂糖 でん粉 小麦粉 杏仁豆腐	にんじん たけのこ 長ねぎ グリーンピース しょうが にんにく キャベツ 玉ねぎ にら みかん 黄桃 パイン	853	28.2
5	月	バターロールコッパ 牛乳	ジュリエンスープ ペンネアラビアータ チキンのオープン焼き			牛乳 鶏肉 チーズ ベーコン	バターロールコッパ 油 パン粉 砂糖 マカロニ	にんじん 玉ねぎ キャベツ セロリ 赤ピーマン パセリ にんにく トマト	809	30.9
6	火	ごはん 牛乳	けんちん汁 煮びたし イワシのかば焼き ★福豆			牛乳 鶏肉 豆腐 イワシ さつま揚げ 大豆	ごはん 里芋 でん粉 油 砂糖	にんじん ごぼう 大根 長ねぎ 小松菜 もやし	786	33.4
7	水	中華めん 牛乳	塩ラーメンスープ ★ごぼうサラダ アメリカンドッグ ごまドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 アサリ わかめ フランクフルト	中華めん 油 小麦粉 砂糖 ドレッシング	にんじん 長ねぎ もやし 枝豆 ごぼう コーン	847	32.2
8	木	ツイストパン 牛乳	エビと白菜のクリーム煮 ほうれん草と春雨のサラダ 鮭のガーリックバジル焼き 野菜ドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 エビ 生クリーム 鮭	ツイストパン 油 小麦粉 春雨 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ 白菜 しめじ グリーンピース にんにく バジル ほうれん草 黄ピーマン	830	38.0
9	金	ごはん 牛乳	もやしのみそ汁 大根と鶏肉の煮物 肉団子(2個)			牛乳 わかめ みそ 鶏肉	ごはん パン粉 砂糖 油 でん粉	にんじん 長ねぎ もやし ほうれん草 玉ねぎ 大根 しょうが こんにゃく	752	31.7
13	火	ごはん 牛乳	キムチ入りみそ汁 もやしのナムル サバの塩焼き ナムルドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 豆腐 みそ サバ	ごはん 砂糖 ドレッシング	白菜 玉ねぎ にんじん りんご にんにく しょうが 長ねぎ にら ほうれん草 もやし	756	34.6
14	水	ライスボールパン 牛乳	ほうとう 花野菜サラダ 野菜入りつくね 玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 油揚げ みそ	ライスボールパン ほうとうめん パン粉 砂糖 でん粉 油 ドレッシング	にんじん 大根 長ねぎ 白菜 かぼちゃ 玉ねぎ れんこん しょうが ブロッコリー カリフラワー	816	37.9
15	木	ごはん 牛乳	いものこ汁 大豆の磯煮 チキンカツ ソース(クラス)			牛乳 鶏肉 大豆 ひじき	ごはん 里芋 小麦粉 パン粉 油 砂糖	しめじ にんじん 大根 大根の葉 こんにゃく	834	35.3
16	金	中華めん 牛乳	広東ラーメンスープ 大根サラダ ガトーショコラ 焼き春巻き バンバンジードレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 鶏肉	中華めん でん粉 油 小麦粉 パン粉 砂糖 ドレッシング ガトーショコラ	にんじん もやし ほうれん草 長ねぎ しょうが たけのこ キャベツ 玉ねぎ 大根 大根の葉	826	29.7
19	月	発芽玄米入りごはん 牛乳	ほうれん草カレー いよかん スパニッシュパンプキンオムレツ			牛乳 鶏肉 卵	発芽玄米入りごはん じゃが芋 油 小麦粉 でん粉 砂糖	ほうれん草 にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく かぼちゃ いよかん	855	27.4
20	火	ごはん 牛乳	なめこのみそ汁 筑前煮 ブリの南蛮漬け			牛乳 豆腐 わかめ みそ ブリ 鶏肉	ごはん でん粉 油 砂糖 里芋	なめこ にんじん 長ねぎ しょうが ごぼう こんにゃく	824	33.0
21	水	ごはん 牛乳	すまし汁 切干大根の炒り煮 白身魚フライ			牛乳 かまぼこ ブルーホワイティング 油揚げ アサリ	ごはん ふ パン粉 小麦粉 でん粉 油 水あめ 砂糖	しいたけ にんじん 長ねぎ ほうれん草 切干大根 しょうが	798	30.6
22	木	子どもパン 牛乳	ラビオリスープ 彩りサラダ ヨーグルト 鶏の照り焼き イタリアンドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 鶏肉 ヨーグルト	子どもパン 小麦粉 パン粉 砂糖 でん粉 ドレッシング	玉ねぎ コーン にんじん チンゲン菜 ブロッコリー 枝豆 赤ピーマン 黄ピーマン	843	35.8
26	月	ごはん 牛乳	豚汁 上州サラダ ふるさと給食の日 ハンバーグのかぼすソースかけ 香味塩ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉	ごはん パン粉 砂糖 水あめ でん粉 ドレッシング	にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ かぼす きゅうり キャベツ しらたき	793	31.3
27	火	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁 金平 野菜のかき揚げ			牛乳 豚肉	地粉うどん 小麦粉 油 砂糖 ごま でん粉	にんじん 玉ねぎ 小松菜 しいたけ しょうが ごぼう 春菊	847	26.7
28	水	黒パン 牛乳	コーンシチュー 人参ともやしのサラダ 鶏肉のハーブ焼き 野菜ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 生クリーム 鶏肉	黒パン じゃが芋 油 小麦粉 ドレッシング	コーン グリーンピース 玉ねぎ にんじん バジル ローズマリー にんにく もやし 大根の葉	844	39.6
29	木	ごはん 牛乳	にら玉風スープ 家常豆腐 イワシのごまみそ煮			牛乳 大豆 イワシ みそ 豚肉 厚揚げ	ごはん 油 砂糖 ごま でん粉	にら にんじん 白菜 もやし たけのこ 長ねぎ ほうれん草 しいたけ にんにく しょうが	768	30.7
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			811	32.5
						基準栄養量			830	27~42

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。

は、「ふるさと給食」です。

◎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。

