



令和6年 3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

| 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 | 金 | ぶどうパン 牛乳 | あさり入りトマトスープ 枝豆と春雨のサラダ 若鶏の香味焼き コーヒーメイク 玉ねぎドレッシング(クラス) | | | 牛乳 あさり 鶏肉 | ぶどうパン マカロニ 春雨 ドレッシング コーヒーメイク | にんじん 玉ねぎ キャベツ にんにく トマト 枝豆 赤ピーマン 黄ピーマン バジル | 655 | 26.2 |
| 4 | 月 | 酢めし 牛乳 | 菜の花と豆腐のみそ汁 ちらし寿司の具 エビフライ(2本) ももゼリー ひな祭り献立 | | | 牛乳 豆腐 わかめ みそ エビ 鶏肉 凍り豆腐 | 酢めし 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ももゼリー | 長ねぎ にんじん 菜の花 しいたけ かんぴょう グリンピース | 704 | 27.3 |
| 5 | 火 | ごはん 牛乳 | 肉豆腐 もやしのお浸し しょうゆ(クラス) サワラのゆずみそ焼き かつお節(クラス) ふるさと給食の日 | | | 牛乳 豆腐 牛肉 砂糖 サワラ みそ かつお節 | ごはん でん粉 砂糖 | にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 しょうが ゆず ほうれん草 もやし | 653 | 35.1 |
| 6 | 水 | バターロールパン 牛乳 | わんたんスープ トマトビーンズ ポテトカップグラタン いちごクレープ | | | 牛乳 豚肉 大豆 エビ チーズ | バターロールパン 小麦粉 わんたん じゃがいも バター 油 いちごクレープ でん粉 砂糖 マカロニ | にんじん 玉ねぎ 小松菜 グリンピース トマト | 747 | 23.9 |
| 7 | 木 | 麦ごはん ジョア (マスカット) | カレー 花野菜サラダ プレーンオムレツ バンバンジードレッシング(クラス) | | | ジョア 牛乳 豚肉 卵 | 麦ごはん 砂糖 じゃがいも 油 小麦粉 でん粉 ドレッシング | にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく りんご ブロッコリー カリフラワー | 630 | 19.9 |
| 8 | 金 | 中華めん 牛乳 | 具だくさん野菜のみそラーメンスープ こんにゃくサラダ きなこ揚げパン 香味塩ドレッシング(クラス) | | | 牛乳 豚肉 みそ きなこ わかめ | 中華めん ごま 胚芽ロールパン 油 砂糖 ドレッシング | にんじん 長ねぎ もやし キャベツ にんにく コーン ほうれん草 しょうが 枝豆 こんにゃく | 667 | 26.5 |
| 11 | 月 | ライスボール パン 牛乳 | トマトクリームジェノバ風パスタ いちごゼリーポンチ 照り焼きチキンパテ | | | 牛乳 ベーコン チーズ 生クリーム 鶏肉 | ライスボールパン スパゲッティ 油 いちごゼリー パン粉 砂糖 でん粉 | にんじん 玉ねぎ みかん マッシュルーム エリンギ 黄桃 赤ピーマン 黄ピーマン パイン にんにく トマト バジル | 766 | 31.4 |
| 12 | 火 | ごはん 牛乳 | 野菜のごま風味汁 ナムル 味付きカツ ナムルドレッシング(クラス) | | | 牛乳 豆腐 みそ 鶏肉 わかめ | ごはん ごま 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ドレッシング でん粉 | にんじん 玉ねぎ 小松菜 大根 ごぼう しいたけ キャベツ ほうれん草 | 645 | 24.7 |
| 13 | 水 | 山菜おこわ 牛乳 | あさりのすまし汁 切干大根のカレー煮 鮭のみそ粕漬け焼き お祝いデザート | | | 牛乳 あさり 鶏肉 わかめ 鮭 みそ 油揚げ | 山菜おこわ ふ 油 砂糖 お祝いデザート | にんじん 長ねぎ 小松菜 えのきたけ 切干大根 しいたけ こんにゃく | 631 | 30.1 |
| 14 | 木 | ごはん 牛乳 | わかめスープ 大根の韓国風煮 クリスピーチキン ヨーグルト 野菜ふりかけ | | | 牛乳 わかめ 鶏肉 豚肉 ヨーグルト あおさ | ごはん 油 砂糖 ごま でん粉 パン粉 小麦粉 | にんじん 玉ねぎ もやし 大根 長ねぎ しょうが にんにく | 657 | 30.5 |
| 15 | 金 | わかめごはん 牛乳 | 小松菜と油揚げのみそ汁 じゃが芋の磯煮 まぐろカツ | | | 牛乳 油揚げ みそ まぐろ 豚肉 ひじき | わかめごはん 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも 砂糖 | にんじん 玉ねぎ しいたけ 枝豆 小松菜 しょうが こんにゃく | 695 | 26.3 |
| 18 | 月 | 地粉うどん 牛乳 | うま塩鶏うどんの汁 ★まめまめサラダ デニッシュペストリー 野菜シューマイ(2個) 野菜ドレッシング(クラス) | | | 牛乳 鶏肉 わかめ 大豆 豆腐 タラ | 地粉うどん 油 小麦粉 でん粉 ドレッシング 砂糖 デニッシュペストリー | にんじん 長ねぎ エリンギ えのきたけ キャベツ 枝豆 たけのこ 玉ねぎ さやいんげん | 756 | 25.5 |
| 19 | 火 | はちみつパン 牛乳 | 野菜スープ 彩りサラダ イタリアンドレッシング(クラス) バジルチキンフリッター(2個) | | | 牛乳 豚肉 鶏肉 | はちみつパン 小麦粉 油 ドレッシング でん粉 | にんじん もやし ほうれん草 にんにく バジル キャベツ 枝豆 赤ピーマン 黄ピーマン | 622 | 33.5 |
| 21 | 木 | たけのこ ごはん 牛乳 | ※直実汁 煮びたし イワシの梅煮 | | | 牛乳 油揚げ 鶏肉 みそ イワシ さつま揚げ | たけのこごはん 白玉餅 砂糖 でん粉 | にんじん 長ねぎ 大根 大根の葉 梅肉 小松菜 もやし しそ | 687 | 28.9 |
| 給食回数 | | 14回 | | | | 平均栄養量 | | | 680 | 27.8 |
| | | ※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 |

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。

※印の献立は、白玉餅が入っています。よくかんで食べましょう。



◎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。