



# 令和6年 3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 日 の	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)	体の調子をとのえるもの (みどり)	エネルギー (kcal)	たん白質 (グラム)
1	金	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)			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	804	40.6
4	月	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	874	33.3
5	火	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			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	839	31.5
6	水	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 コッパパン 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	858	33.5
7	木	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			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 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	873	29.8
8	金	麦ごはん ジョア (マスカット)	カレー 花野菜サラダ いちごクレープ 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 いちごクレープ じゃがいも 油 小麦粉 でん粉 ドレッシング 砂糖	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	894	25.7
11	月	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	738	34.2
12	火	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 いちごゼリーボンチ 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 オイル 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 バイン にんにく トマト バジル	897	35.0
13	水	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	841	30.8
14	木	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	868	29.8
15	金	<b>卒業式 おめでとうございます</b>								
18	月	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	839	30.3
19	火	ごはん 牛乳	牛丼 ★ごぼうサラダ ごまドレッシング(クラス) 野菜入り豆腐バーグ			牛乳 牛肉 鶏肉 豆腐	ごはん 砂糖 小麦粉 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ 小松菜 枝豆 ごぼう コーン しょうが しらたき	850	34.8
21	木	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) ヨーグルト			牛乳 豚肉 鶏肉 ヨーグルト	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	869	43.9
給食回数		13回				平均 栄 養 量			850	33.3
		※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			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。

印の献立は、カップにごはんをよそりましょう。

★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。

