



令和6年11月分 献立予定表 (小学校A)



熊谷市立熊谷学校給食センター

日	曜日	献立名		注 骨 意 に	埼玉県産 使用予定食材	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)	体の調子をとのえるもの (みどり)	エネルギー (kcal)	たん白質 (グラム)
5	火	ごはん 牛乳	わかめスープ 回鍋肉 野菜シューマイ(2個)			牛乳 わかめ 豚肉 豆腐 タラ みそ	ごはん 小麦粉 砂糖 でんぷん	にんじん 長ねぎ もやし たけのこ キャベツ にんにく しょうが 玉ねぎ いんげん	561	20.4	
6	水	子どもパン 牛乳	レンズ豆のスープ ほうれん草と春雨のサラダ 白身魚フライ 塩中華ドレッシング(クラス)			牛乳 ベーコン ブルーホワイティング	子どもパン ドレッシング じゃがいも でんぷん 油 パン粉 春雨 小麦粉	玉ねぎ にんじん 枝豆 セロリ レンズ豆 トマト パセリ ほうれん草 赤ピーマン もやし	596	24.8	
7	木	ごはん 牛乳	県産ほうれん草のチキンカレー 杏仁フルーツ プレーンオムレツ			牛乳 鶏肉 卵	麦ごはん じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 杏仁豆腐	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく ほうれん草 りんご 黄桃 洋なし 白桃	756	23.7	
8	金	中華めん 牛乳	塩ラーメンスープ ブロッコリーとこんにゃくのサラダ 春巻き 中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 あさり わかめ 鶏肉	中華めん ごま でんぷん 春雨 砂糖 小麦粉 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ もやし たけのこ 玉ねぎ キャベツ しいたけ ブロッコリー こんにゃく	666	25.2	
11	月	バーガーパン 牛乳	野菜コンソメスープ ツナとトマトのペンネ ハンバーグの玉ねぎソースかけ			牛乳 ベーコン 鶏肉 マグロ	バーガーパン パン粉 砂糖 でんぷん マカロニ 油	にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜 エリンギ にんにく コーン トマト	621	25.8	
12	火	発芽玄米入りごはん 牛乳	※直実汁 大豆の磯煮 じゃこカツ			牛乳 凍り豆腐 みそ じゃこ天 大豆 ひじき	発芽玄米入りごはん 白玉もち パン粉 油 砂糖 小麦粉	にんじん 大根 長ねぎ 小松菜	676	23.9	
13	水	ごはん 牛乳	春雨スープ 豚肉と厚揚げのみそ炒め 包子(2個)			牛乳 豚肉 鶏肉 厚揚げ みそ	ごはん 春雨 ごま でんぷん パン粉 砂糖 小麦粉 油	にんじん 長ねぎ もやし しいたけ しょうが にんにく ほうれん草 玉ねぎ ピーマン	630	24.5	
15	金	ライスボールパン 牛乳	熊谷うどん キャベツとわかめのサラダ 赤魚のアヒージョ風 パンパンジードレッシング(クラス)			牛乳 油揚げ 鶏肉 赤魚 わかめ	ライスボールパン 熊谷うどん 油 ドレッシング	にんじん 長ねぎ 大根 白菜 にんにく コーン キャベツ	666	32.7	
18	月	ごはん 牛乳	※すき焼き風煮 小松菜ともやしのサラダ ししゃもフリッター 塩中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 豆腐 ししゃも	ごはん 白玉もち 砂糖 小麦粉 でんぷん 油 ドレッシング	しいたけ にんじん 白菜 長ねぎ 小松菜 もやし しらたき	665	23.5	
19	火	中華めん 牛乳	彩花ごまみそラーメンスープ ブロッコリーとお豆のサラダ 彩の国肉まん ごまドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉 みそ 大豆	中華めん ごま 油 小麦粉 砂糖 パン粉 ドレッシング	にんじん コーン 玉ねぎ もやし 長ねぎ いら しょうが にんにく キャベツ しいたけ ブロッコリー 枝豆	668	27.4	
20	水	ごはん 牛乳	もずくスープ 切干大根の炒り煮 韓国風鶏の照り焼き ふじりんごゼリー			牛乳 もずく 系かまぼこ 鶏肉 油揚げ アサリ	ごはん 油 ごま 砂糖 ふじりんごゼリー	えのきたけ エリンギ にんじん 玉ねぎ しょうが たけのこ ほうれん草 にんにく 切干大根	626	31.1	
21	木	発芽玄米入りごはん 牛乳	吟子汁 こんにゃくねぎ塩ソテー ★豚肉のマリアナソース			牛乳 鮭 豆腐 みそ 豚肉 豚レバー 鶏肉	発芽玄米入りごはん じゃがいも でんぷん 油 砂糖	にんじん 大根 長ねぎ しょうが にんにく 黄ピーマン 赤ピーマン 小松菜 こんにゃく	704	32.3	
22	金	ごはん 牛乳	ハヤシライス 早生みかん スパニッシュパンキンオムレツ			牛乳 豚肉 卵 鶏肉	麦ごはん じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 でんぷん	にんじん 玉ねぎ しめじ エリンギ えのきたけ トマト かぼちゃ みかん	692	21.8	
25	月	ドッグパン 牛乳	わんたんスープ ひじきサラダ チーズ ウインナー(2本) イタリアンドレッシング(クラス)			牛乳 ウインナー ひじき チーズ	ドッグパン わんたん ドレッシング	にんじん もやし 長ねぎ ほうれん草 キャベツ	594	27.6	
26	火	ごはん 牛乳	ごんぎつねのみそ汁 ★変わり金平 いわしのみぞれ煮			牛乳 大豆 油揚げ みそ イワシ	ごはん 砂糖 でんぷん 油 ごま	しめじ エリンギ えのきたけ ほうれん草 にんじん 長ねぎ 大根 ごぼう れんこん いんげん こんにゃく	661	27.3	
27	水	地粉うどん 牛乳	けんちんうどんの汁 花野菜サラダ きなこ揚げパン 玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 凍り豆腐 きなこ	地粉うどん さといも 胚芽ロールパン 砂糖 油 ドレッシング	にんじん ごぼう 大根 しいたけ 長ねぎ ブロッコリー カリフラワー	652	25.4	
28	木	バターロールパン 牛乳	ポトフ チキンビーンズ 野菜入り豆腐バーグ			牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 大豆	バターロールパン じゃがいも パン粉 小麦粉 砂糖 油	玉ねぎ にんじん キャベツ 枝豆 しょうが トマト	659	31.3	
29	金	ごはん 牛乳	煮込みおでん 春雨サラダ サバのごま風味焼き ナムルドレッシング(クラス)			牛乳 さつま揚げ タラ エビ オキアミ 鶏肉 昆布 サバ 荳わかめ	ごはん 砂糖 油 ごま でんぷん 春雨 ドレッシング	大根 にんじん ほうれん草	682	32.9	
給食回数		18回				平均栄養量			654	26.8	
		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	

魚印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

※印の献立は、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。

11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。地場産食材を使用した献立や郷土料理を太字で表記しています。



★印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

