令和6年 12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	主食 牛乳	料理名	骨に注意	はしの日	主な材料名 血や肉をつくるもの（あか）	主な材料名 熱や力になるもの（きいろ）	主な材料名 体の調子をととのえるもの（みどり）	栄養量 エネルギー（kcal）	栄養量 たん白質（グラム）
2	月	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 茎わかめ	ごはん 砂糖 油 ごま でんぷん 春雨 ドレッシング こんにゃく	大根 にんじん ほうれん草	682	32.9
3	火	ごはん 牛乳	わかめスープ 炒り豆腐 コロッケ ソース（クラス）		○	牛乳 わかめ 豆腐 鶏肉	ごはん じゃがいも パン粉 砂糖 小麦粉 油	にんじん 長ねぎ もやし たけのこ 玉ねぎ 枝豆	662	23.4
4	水	バターロールパン 牛乳	春雨スープ ペンネアラビアータ 鮭のガーリックバジル焼き	○		牛乳 鮭 ベーコン チーズ	バターロールパン 春雨 ごま マカロニ 油 砂糖	人参 長ねぎ もやし しょうが にんにく バジル 玉ねぎ パセリ トマト	573	25.9
5	木	ごはん 牛乳	かぼちゃのみそ汁 切干大根の炒り煮 チキン南蛮 タルタルソース		○	牛乳 みそ 鶏肉 油揚げ アサリ	ごはん でんぷん 米粉 油 砂糖 タルタルソース	かぼちゃ 小松菜 人参 玉ねぎ 切干大根 しょうが	698	30.7
6	金	中華めん 牛乳	台湾ラーメンスープ ヘルシーサラダ ぎょうざ（2個） 中華ドレッシング（クラス） ぶどうゼリー		○	牛乳 豚肉 鶏肉	中華めん 油 でんぷん 小麦粉 ドレッシング ぶどうゼリー こんにゃく	人参 にら 長ねぎ もやし しょうが にんにく キャベツ 玉ねぎ	645	24.2
9	月	食パン 牛乳	ミネストローネ ブロッコリーサラダ 国産いちごジャム 鶏肉のマスタード焼き バンバンジードレッシング（クラス）			牛乳 ベーコン 鶏肉	食パン 星のパスタ じゃがいも はちみつ マヨネーズ ドレッシング いちごジャム	玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく トマト ブロッコリー コーン	620	31.2
10	火	ごはん 牛乳	コーンと玉子のスープ みそ金平 サンマのみぞれ煮	○	○	牛乳 鶏肉 茎わかめ 卵 サンマ みそ	ごはん でんぷん 砂糖 油 こんにゃく	人参 玉ねぎ コーン しいたけ ほうれん草 大根 ごぼう	607	23.4
11	水	発芽玄米入りごはん 牛乳	マーボー豆腐 もやしのナムル 八頭コロッケ ナムルドレッシング（クラス）		○	牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ	発芽玄米入りごはん 油 砂糖 でんぷん 八頭 じゃがいも パン粉 ドレッシング	人参 たけのこ しいたけ 長ねぎ にら しょうが にんにく 玉ねぎ ほうれん草 もやし	661	23.3
12	木	発芽玄米入りごはん 牛乳	★かみかみカレー みかん スパニッシュオムレツ			牛乳 豚肉 大豆 卵 鶏肉	発芽玄米入りごはん 小麦粉 油 じゃがいも でんぷん	れんこん 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく りんご ほうれん草 みかん	740	24.5
13	金	ごはん 牛乳	豆腐のみそ汁 大豆の磯煮 ふるさと給食の日 ハンバーグのかぼすソースかけ		○	牛乳 豆腐 みそ 鶏肉 大豆 ひじき	ごはん パン粉 水あめ 砂糖 でんぷん 油 こんにゃく	長ねぎ 人参 小松菜 えのきたけ 玉ねぎ かぼす	635	26.8
16	月	地粉うどん 牛乳	妻沼ねぎうどんの汁 水菜と大根のサラダ ちくわとさつま芋の天ぷら（1個ずつ） 塩中華ドレッシング（クラス）		○	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ ちくわ あおさ	地粉うどん でんぷん 小麦粉 油 さつま芋 ドレッシング	人参 長ねぎ しょうが 大根 水菜	659	23.8
17	火	ドライカレー 牛乳	ジュリエンヌスープ ドリアソース 鶏の照り焼き お楽しみデザート お楽しみ献立：西小学校、別府小学校は、お楽しみデザートを19日（木）に提供します。		○	牛乳 ベーコン 鶏肉	ドライカレー 砂糖 バター 小麦粉 お楽しみデザート	人参 玉ねぎ キャベツ セロリ コーン マッシュルーム しめじ にんにく パセリ	709 西・別府小学校 615	24.4 23.4
18	水	ごはん 牛乳	芋の子汁 ほうれん草と春雨のサラダ サバの塩こうじ焼き 玉ねぎドレッシング（クラス）	○	○	牛乳 鶏肉 サバ	ごはん 里芋 春雨 ドレッシング	しめじ 人参 大根 長ねぎ ほうれん草 枝豆	589	25.3
19	木	ライスボールパン 牛乳	煮ぼうとう 花野菜サラダ 星型メンチカツ ごまドレッシング（クラス）			牛乳 鶏肉 油揚げ 豚肉	ライスボールパン ほうとうめん パン粉 油 ドレッシング	人参 長ねぎ 大根 白菜 玉ねぎ ブロッコリー カリフラワー	715 西・別府小学校 809	29.9 30.9
20	金	中華めん 牛乳	具だくさん野菜のタンメンスープ ★れんこんにゃくサラダ 豆腐ナゲット（2個） 野菜ドレッシング（クラス）			牛乳 豚肉 わかめ 豆腐 イトヨリ 豆乳	中華めん 油 小麦粉 でんぷん ドレッシング こんにゃく	人参 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ もやし 枝豆 コーン れんこん	599	24.3
23	月	酢めし 牛乳	すまし汁 焼肉 イカスティック（2個） 手巻きのり		○	牛乳 豆腐 わかめ イカ 豚肉 みそ のり	酢めし でんぷん 油 砂糖 ごま	人参 ほうれん草 えのきたけ しょうが にんにく 玉ねぎ にら	602	27.4
24	火	彩の国キャロットピラフ 牛乳	白菜のシチュー ゆずゼリーポンチ ミートボール（2個）			牛乳 鶏肉 生クリーム	キャロットピラフ じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 でんぷん 砂糖 ゆずゼリー	人参 玉ねぎ 白菜 エリンギ りんご 洋なし 黄桃 白桃	760	28.4
給食回数			17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			653	26.5
						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。

◎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。

熊谷学校給食センターの
インスタグラム公式アカウントを開設
しました。日々の給食や、食材などに
ついて情報を発信していきます！
ぜひ「フォロー」をお願いします。

KUMAGAYA.KYUSHOKU