



令和6年12月分 献立予定表（中学校）



熊谷市立熊谷学校給食センター

献立名				注 意 に	は し の	主な材料名			栄養量	
日	曜日	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)
2	月	ツイストパン 牛乳	ポテトポタージュ あさりとキャベツのペペロンチーノ炒め 肉団子(2個)			牛乳 あさり 鶏肉	ツイストパン じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 砂糖 てんぷん スパゲッティ	コーン 玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ 小松菜 にんにく	900	36.1
3	火	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 てんぷん 春雨 ドレッシング	大根 にんじん ほうれん草	860	40.4
4	水	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 てんぷん 小麦粉 ドレッシング ぶどうゼリー	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	757	28.7
5	木	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	793	33.1
6	金	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 てんぷん 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	865	36.9
9	月	発芽玄米入りごはん 牛乳	マーボー豆腐 もやしのナムル ハ頭コロッケ 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 てんぷん ハ頭 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	832	28.4
10	火	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 パンパ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 Pasta 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	796	39.0
11	水	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 ミルクプリン			牛乳 鶏肉 茎わかめ 卵 サンマ みそ	ごはん てんぷん 砂糖 油 ミルクプリン	人参 玉ねぎ コーン しいたけ ほうれん草 大根 ごぼう	772	28.1
12	木	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 てんぷん 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	806	28.3
13	金	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 てんぷん	れんこん 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく ほうれん草 みかん	898	29.0
16	月	ごはん 牛乳	豆腐のみそ汁 大豆の磯煮 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 てんぷん 油	長ねぎ 人参 小松菜 えのきたけ 玉ねぎ かぼす	811	33.2
17	火	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	851	35.6
18	水	ドライカレー 牛乳	ジュリエヌスープ ドリアソース 鶏の照り焼き お楽しみデザート			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	872	28.8
19	木	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	744	30.6
20	金	ツイストパン 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	ツイストパン じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 てんぷん 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	904	34.9
23	月	中華めん 牛乳	具だくさん野菜のタンメンスープ ★れんこんにやくサラダ 豆腐ナゲット(2個) 野菜ドレッシング(クラス) みかんゼリー			牛乳 豚肉 わかめ 豆腐 イトヨリ 豆乳	中華めん 油 小麦粉 てんぷん ドレッシング みかんゼリー	人参 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ もやし 枝豆 コーン れんこん	749	29.0
24	火	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 てんぷん 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	740	32.2
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			821	32.5
						基準栄養量			830	27~42

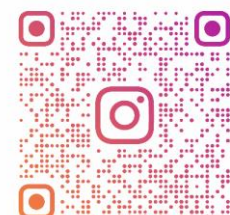
🐟印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

★印は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

©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
Instagram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