



令和7年 7月分 献立予定表（中学校）



熊谷学校給食センター

献立名				注 骨 意 に	は し の 日	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)
1	火	ごはん 牛乳	わんたんスープ 大根と鶏肉の煮物 肉団子(2個)			牛乳 鶏肉	ごはん わんたん 砂糖 油 パン粉 でん粉	にんじん もやし 玉ねぎ 長ねぎ ほうれん草 だいこん しょうが トマト	787	35.7
こんにゃく										
2	水	黒パン 牛乳	鶏肉とほうれん草のクリーム煮 アサリとキャベツのペペロンチーノ 野菜入り豆腐バーグ			牛乳 豆腐 鶏肉 生クリーム アサリ	黒パン スパゲッティ 油 パン粉 砂糖 じゃがいも 小麦粉	にんじん にんにく ほうれん草 玉ねぎ 枝豆 しょうが キャベツ	830	33.5
3	木	ごはん 牛乳	厚揚げのみそ汁 大豆の磯煮 星型ハンバーグのおろしソースかけ			牛乳 鶏肉 厚揚げ 豚肉 みそ 大豆 ひじき	ごはん じゃがいも 砂糖 でん粉 油	長ねぎ にんじん 玉ねぎ トマト 小松菜 にんにく しょうが 大根	797	31.8
こんにゃく										
4	金	地粉うどん 牛乳	なす南蛮うどん汁 五色の短冊サラダ アメリカンドッグ ごまドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 油揚げ フランクフルト わかめ	地粉うどん 小麦粉 砂糖 油 ドレッシング	にんじん ほうれん草 なす 玉ねぎ 大根 きゅうり コーン	885	33.8
7	月	ごはん 牛乳	セタスープ 豚肉と春雨のピリ辛炒め イワシのごまみそ煮			牛乳 かまぼこ もずく イワシ みそ 豚肉	ごはん ふ ごま 油 砂糖 春雨	長ねぎ にんじん もやし しょうが にら にんにく	755	28.6
8	火	ごはん 牛乳	※直実汁 こんにゃくねぎ塩ソテー 野菜入りつくね ふるさと給食の日			牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ みそ	ごはん 白玉餅 パン粉 砂糖 でん粉 油	長ねぎ にんじん 玉ねぎ れんこん 小松菜 しょうが 大根 ごぼう	805	30.0
しらたき										
9	水	ごはん 牛乳	肉団子スープ つるむらさきのお浸し まぐろカツ しょうゆ・かつお節(クラス)			牛乳 鶏肉 マグロ かつお節 茎わかめ	ごはん 砂糖 油 でん粉 パン粉 小麦粉 春雨	にんじん 玉ねぎ にんにく つるむらさき キャベツ もやし 小松菜 たけのこ しょうが	803	29.2
10	木	子どもパン 牛乳	ジュリエヌスープ ツナとトマトのペンネ タンドリーチキン			牛乳 ヨーグルト 鶏肉 まぐろ ベーコン	子どもパン じゃがいも 油 ペンネマカロニ 砂糖	玉ねぎ にんじん キャベツ セロリ しょうが にんにく コーン パセリ トマト	713	34.7
11	金	ごはん 牛乳	中華スープ ◎金平そばろごはんの具 ※揚げ餃子(2個)			牛乳 豚肉 鶏肉	ごはん でん粉 油 砂糖 小麦粉	長ねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ にら ごぼう にんにく しょうが もやし 大根の葉	730	24.2
こんにゃく										
14	月	中華めん 牛乳	広東ラーメンスープ 春雨サラダ 肉まん 中華ドレッシング(クラス)			牛乳 豚肉	中華めん 小麦粉 砂糖 パン粉 でん粉 油 春雨 ドレッシング	長ねぎ にんじん 玉ねぎ たけのこ キャベツ しいたけ しょうが もやし 小松菜	762	29.3
15	火	ごはん 牛乳	夏野菜カレー 冷凍スティックマンゴー タコナゲット(2個)			牛乳 タコ イカ タラ 豚肉	ごはん 小麦粉 でん粉 油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ にんじん かぼちゃ なす いんげん しょうが にんにく トマト マンゴー	846	29.9
16	水	ごはん 牛乳	油揚げと豆腐のみそ汁 切干大根のベーコン煮 ※焼き春巻き			牛乳 豚肉 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ ベーコン	ごはん 砂糖 でん粉 油 パン粉 小麦粉 ごま	長ねぎ にんじん えのきたけ キャベツ 玉ねぎ 枝豆 しょうが 切干大根	814	30.4
17	木	ごはん 牛乳	肉じゃが 花野菜サラダ ワカサギフリッター(2個) 玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 ワカサギ 豚肉 オキアミ アオサ	ごはん じゃがいも 小麦粉 でん粉 砂糖 油 ドレッシング	玉ねぎ にんじん グリーンピース ブロッコリー カリフラワー	782	26.7
しらたき										
18	金	コッペパン 牛乳	鶏肉のクリームスープ もやしと人参のサラダ ベーコンオニオンオムレツ イタリアンドレッシング(クラス)			牛乳 卵 ベーコン 鶏肉	コッペパン でん粉 砂糖 じゃがいも 油 小麦粉 ドレッシング	玉ねぎ にんじん 小松菜 コーン もやし 大根の葉	755	31.0
給食回数		14回				平均栄養量			790	30.6
		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、よくかんで気を付けて食べましょう。

は、「ふるさと給食」です。

印の献立は、骨に注意してよくかんで食べましょう。

◎ 混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。

印の献立は、カップにごはんをよそりましょう。

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。



お知らせ

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
があります。
日々の給食や、食材について
発信しています！
ぜひ「フォロー」をお願いしま
す。



KUMAGAYA.KYUSHOKU