



令和8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

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)	
2	月	酢めし 牛乳	菜の花のすまし汁 ◎ちらし寿司の具 イワシのみぞれ煮 ももゼリー	ひな祭り献立	魚	牛乳 かまぼこ 鶏肉 油揚げ 凍り豆腐 いわし わかめ	酢めし 砂糖 でん粉 ももゼリー	菜の花 にんじん えのきたけ 大根 長ねぎ 枝豆 しいたけ かんぴょう	806	31.8
3	火	ごはん 牛乳	ハヤシライス レモンフルーツポンチ 豆腐ナゲット(2個)			牛乳 豚肉 豆腐 豆乳 イトヨリ	ごはん ジャガイモ 油 砂糖 小麦粉 でん粉 レモンゼリー	にんじん 玉ねぎ トマト 白桃 黄桃 りんご 洋梨	916	23.0
4	水	ツイストパン 牛乳	春雨スープ ペンネアラビアータ チキンのオーブン焼き			牛乳 豚肉 ベーコン 鶏肉 チーズ	ツイストパン 春雨 ごま マカロニ 油 パン粉 砂糖	にんじん 長ねぎ もやし しょうが にんにく 玉ねぎ パセリ トマト	743	31.1
5	木	ごはん 牛乳	豚肉のうま煮 もやしのお浸し 包子(2個) しょうゆ・かつお節(クラス)		魚	牛乳 豚肉 鶏肉 かつお節 かまぼこ	ごはん 油 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉	いんげん にんじん 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 もやし しょうが	767	33.5
6	金	地粉うどん 牛乳	鶏南蛮うどんの汁 ブロッコリーサラダ 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)		魚	牛乳 鶏肉 油揚げ ちくわ あおさ	地粉うどん 油 小麦粉 でん粉 さつま芋 ドレッシング	小松菜 にんじん 玉ねぎ 長ねぎ ブロッコリー コーン	826	30.9
9	月	ごはん 牛乳	豆腐とわかめのみそ汁 ★変わり金平 ハンバーグのおろしかけ		魚	牛乳 みそ わかめ 鶏肉 豆腐	ごはん 砂糖 油 ごま パン粉	長ねぎ にんじん 大根 にんにく ごぼう れんこん 玉ねぎ	773	29.8
10	火	ごはん 牛乳	若獅子カレー ほうれん草と春雨のサラダ プレーンオムレツ 玉ねぎドレッシング(クラス)			牛乳 卵 豚肉	ごはん 小麦粉 砂糖 でん粉 春雨 油 ドレッシング	玉ねぎ ほうれん草 枝豆 にんじん	915	37.4
11	水	ごはん 牛乳	沢煮椀 ひじきの煮物 ブリの西京焼き お祝いデザート		魚	牛乳 豚肉 ブリ みそ さつま揚げ ひじき	ごはん 砂糖 油 お祝いデザート	にんじん ごぼう たけのこ 長ねぎ えのきたけ しいたけ 枝豆 トマト	818	36.1
12	木	バターロールコッペ 牛乳	レンズ豆のスープ キャベツときゅうりのサラダ ソースカツ イタリアンドレッシング(クラス) コーヒーメイク			牛乳 豚肉 鶏肉 レンズ豆	バターロールコッペ じゃがいも 砂糖 水あめ パン粉 コーヒーメイク ドレッシング 油 でん粉	玉ねぎ にんじん セロリー トマト パセリ キャベツ きゅうり	870	28.8
13	金	ごはん 牛乳	彩花みそけんちん汁 こんにゃくねぎ塩ソテー 肉団子(2個)	ふるさと給食の日		牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	ごはん さといも 油 パン粉 でん粉 砂糖	にんじん 大根 長ねぎ 小松菜 トマト 玉ねぎ しらたき	760	31.7
16	月	中華めん 牛乳	具だくさん野菜のみそラーメンスープ ★ごぼうサラダ 焼き春巻き ごまドレッシング(クラス)		魚	牛乳 鶏肉 わかめ 豚肉 みそ	中華めん ごま ドレッシング 小麦粉 パン粉 でん粉	にんじん もやし キャベツ しょうが にんにく 枝豆 ごぼう コーン 玉ねぎ	744	29.8
17	火	ごはん 牛乳	わかめスープ 厚揚げのピリ辛炒め コロッケ		魚	牛乳 ベーコン わかめ 厚揚げ	ごはん 油 パン粉 じゃがいも 砂糖 小麦粉 でん粉	にんじん 玉ねぎ もやし たけのこ 小松菜 にんにく トマト	753	21.8
18	水	ごはん 牛乳	おふのみそ汁 鶏肉とじゃが芋の煮物 ししゃも磯辺フライ(2個)		魚	牛乳 油揚げ わかめ ふ みそ ししゃも 鶏肉 あおさ	ごはん 油 ジャガイモ 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉	長ねぎ にんじん 玉ねぎ ほうれん草 いんげん しらたき	799	31.5
19	木	ごはん 牛乳	ちゃんこスープ 豚肉のチャプチエ 厚焼玉子 ヨーグルト		魚	牛乳 豚肉 鶏肉 卵 ヨーグルト	ごはん 油 砂糖 春雨 でん粉	ごぼう にんじん キャベツ 長ねぎ しいたけ にら しょうが にんにく	766	29.6
23	月	子どもパン 牛乳	クラムチャウダー 人参ともやしのサラダ クリスピーチキン イタリアンドレッシング(クラス)			牛乳 鶏肉 あさり	子どもパン ジャガイモ 油 ドレッシング パン粉 でん粉 小麦粉	にんじん 玉ねぎ もやし 大根の葉 キャベツ	793	34.0
給食回数		15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			803	30.7	
					基準栄養量			830	27~42	

魚印の献立は、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。

◎混ぜごはんの具は、飯缶で混ぜないでください。

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。

公式Instagramをやっています!
ぜひフォローをお願いします!!



KUMAGAYA.KYUSHOKU