

# 7月分予定献立表(Aコース)

(給食回数13回)



久喜市教育委員会  
全農食品久喜事業所

平成28年度

日付 (曜日)	こんだて 献立			肉・血・骨となるもの (あか)	熱や力となるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)			
	主食	飲物	おかず				小学生	中学生		
1日 (金)	ごはん	牛乳	あじの塩焼き マーボー春雨 赤だしなめこ汁	牛乳、あじ 豚肉 八丁味噌、豆腐、わかめ	米 春雨、油、三温糖、ごま油、でん粉	もやし、玉ねぎ、人参、にら、筍、生姜、にんにく なめこ、ねぎ	617 26.6	776 33.0		
4日 (月)	ごはん (味付けのり)	牛乳	枝豆入り肉だんごの甘酢あんかけ じゃが芋とベーコンの含め煮 みそ汁	牛乳、味付けのり、鶏肉、鶏卵、寒天 ベーコン ワカメ、油揚げ、みそ	米、でん粉、砂糖、パン粉 じゃが芋、油、三温糖	玉ねぎ、枝豆 人参、玉ねぎ、グリーンピース 大根、ねぎ	711 27.5	887 34.0		
5日 (火)	バーガーパン	牛乳	トルティーヤ ◆★アヒージョ ガスパチョ風スープ	牛乳、鶏卵、チーズ、ベーコン、牛乳 タコ、エビ ベーコン	パン、じゃが芋、でん粉、油 オリーブオイル オリーブオイル	玉ねぎ 玉ねぎ、マッシュルーム、しめじ、パセリ、にんにく、唐辛子 玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、トマト、にんにく	670 29.9	851 37.9		
6日 (水)	中華めん	牛乳	酸辣湯麺(スーラータンメン) 春巻 こんにやく入り海藻サラダ(中華ドレッシング) 冷凍みかん	牛乳、豚肉、豆腐、鶏卵 鶏肉 海藻	麺、油、ごま油、ラー油、でん粉 でん粉、小麦粉、春雨、砂糖、油、米粉 ドレッシング	生姜、玉ねぎ、筍、人参、ねぎ、チンゲン菜、しめじ、椎茸 玉ねぎ、キャベツ、もやし、人参、筍 こんにやく、もやし、キャベツ、人参、 みかん	724 25.9	881 31.0		
7日 (木)	麦ごはん	牛乳	星のコロッケ(ソース) 野菜炒め 七タ汁 七タゼリー	牛乳、豚肉、鶏肉 豚肉 鶏肉、豆腐、なると	米、麦、油、じゃが芋、パン粉、小麦粉、でん粉 油、でん粉 そうめん ゼリー	玉ねぎ キャベツ、もやし、人参、ピーマン オクラ、人参、ほうれん草、ねぎ、椎茸、生姜	743 23.5	898 27.6		
8日 (金)	ごはん	牛乳	夏野菜カレー ★きびなごマフライ サラダ(和風玉ねぎドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳 きびなご	米、じゃが芋 油、ごま、パン粉、小麦粉 ドレッシング	玉ねぎ、人参、南瓜、なす、トマト、りんご、にんにく、生姜 小松菜、キャベツ、もやし、きゅうり、人参	721 25.3	919 32.3		
11日 (月)	ごはん	牛乳	コーンフライ ガパオ 冬瓜と豆腐の中華スープ ★中>アーモンドフィッシュ	牛乳 鶏肉 豆腐 かたくちいわし	米、小麦粉、パン粉、砂糖、油 油 ごま油 アーモンド、砂糖、ごま	とうもろこし にんにく、唐辛子、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、パセリ 冬瓜、筍、人参、チンゲン菜、ねぎ、椎茸	665 24.3	879 31.7		
12日 (火)	ソフト フランスパン (ポーション付)	牛乳	鮭のエスカベッシュ ポトフ サラダ(サウザンドドレッシング)	牛乳、鮭 豚肉、鶏肉、うずら卵	パン、バター、油、でん粉、オリーブオイル、砂糖 じゃが芋、パン粉、でん粉、砂糖 ドレッシング	玉ねぎ、人参、レモン 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、とうもろこし キャベツ、きゅうり、人参	663 28.6	811 34.1		
13日 (水)	ゆでうどん	牛乳	ごまみそうどん ほうれん草入り厚焼卵 野菜のお浸し(しょうゆ・かつお節)	牛乳、豚肉、みそ 鶏卵 かつお節	うどん、油、三温糖、ごま油、ごま、でん粉 砂糖、でん粉、油	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、ねぎ、椎茸 ほうれん草 キャベツ、もやし、人参、小松菜	632 26.6	790 32.2		
14日 (木)	ごはん	牛乳	◆フェジョアード リングイッサ(トマトケチャップ) コウベ コーヒープリン	牛乳、豚肉、ベーコン ウインナー(豚肉) 豆乳	米、油、赤いんげん 砂糖 油 プリン	玉ねぎ、人参、トマト、にんにく 小松菜、キャベツ、とうもろこし、人参	753 24.7	941 30.6		
15日 (金)	ごはん	牛乳	★いかフライ(ソース) ひじきの五目煮 豚汁	牛乳、いか ひじき、油揚げ、ちくわ 豚肉、豆腐、みそ	米、パン粉、でん粉、小麦粉、油 三温糖	人参、枝豆、こんにやく えのきだけ、しめじ、ごぼう、人参、大根、ねぎ、チンゲン菜	705 28.3	855 33.3		
18日 (月)	海の日									
19日 (火)	ごはん	牛乳	鶏肉のさっぱり煮 ★切干大根サラダ(和風ドレッシング) もずくのみそ汁 シークワサータルト	牛乳、鶏肉 もずく、豆腐、みそ	米、三温糖 ドレッシング シークワサータルト	にんにく、生姜 小松菜、キャベツ、人参、きゅうり、切干大根 えのきだけ、人参、チンゲン菜	760 26.7	903 29.9		
20日 (水)	ごはん	牛乳	南瓜コロッケ(ソース) ★きんぴらごぼう 田舎汁	牛乳、脱脂粉乳 豚肉 ちくわ、豆腐、みそ	米、じゃが芋、砂糖、米粉、パン粉、小麦粉、油 ごま油、三温糖、ごま 油	南瓜、玉ねぎ 人参、ごぼう、蓮根、こんにやく、唐辛子 大根、人参、ねぎ、チンゲン菜、こんにやく	720 23.3	883 28.0		
◆印は「新メニュー」です ★印は「カミカミ献立」です							7月平均栄養摂取量		699 26.2	867 32.0

# 8月分予定献立表(Aコース)

(給食回数3回)

8月 29日 (月)	ごはん	牛乳	豚肉の生姜焼き 茎わかめの炒め煮 あさりのみそ汁	牛乳、豚肉 茎わかめ、かまぼこ あさり、豆腐、みそ	米、三温糖 三温糖、ごま、ごま油	玉ねぎ、人参、生姜 こんにやく、人参、唐辛子 大根、ねぎ、えのきだけ	634 29.3	766 34.4
8月 30日 (火)	バーガーパン	牛乳	タンダーリーチキン シェルフマカロニサラダ(マヨネーズ) オニオンスープ	牛乳、鶏肉、ヨーグルト	パン、三温糖 マカロニ、マヨネーズ 油	生姜、にんにく きゅうり、とうもろこし、人参 玉ねぎ、ふなしめじ、にんじん、小松菜、椎茸、パセリ	632 29.1	798 35.9
8月 31日 (水)	ゆでうどん	牛乳	豚キムチうどん 磯餃子 野菜のお浸し(しょうゆ・刻みのり) 冷凍みかん	牛乳、豚肉、みそ、コチジャン、甜面醬 豚肉・ひじき・鶏肉 刻みのり	うどん、油、ごま油 油・でん粉・ごま油	大根、人参、たけのこ、ねぎ、ふなしめじ、椎茸 キャベツ・ねぎ キャベツ、もやし、ほうれん草、人参 みかん	666 24.3	820 29.4
8月平均栄養摂取量							644 27.6	795 33.2

平成28年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区小中学校給食)

7月 予定		産地		産地		産地		産地		産地	
主食	米	埼玉(久喜市産米)	豚肉	千葉、青森、群馬	長ねぎ	久喜	もやし	栃木	れんこん	徳島、茨城	
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ	鶏肉	青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉	玉ねぎ	久喜	むき枝豆	タイ	ほうれん草	茨城	
牛乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	厚削り	静岡	じゃがいも	久喜	オクラ	高知	レタス	長野	
			煮干し	千葉、茨城	かぼちゃ	茨城	キャベツ	茨城	えのき	長野	
			あじの切り身	ニュージーランド	大根	茨城	ホールコーン	北海道	しめじ	長野	
			冷凍たこぶつ切り	ベトナム	小松菜	久喜、埼玉	とうがん	群馬	マッシュルーム	茨城	
卵	卵	青森、群馬、茨城、栃木他	むきえび	インド	にんじん	茨城	おろししょうが	鹿児島、高知	パセリ	茨城	
			いかフライ	北海道、青森沖	にんじん	茨城	おろししょうが	鹿児島、高知	パセリ	茨城	
			きびなご胡麻フライ	九州	ごぼう	茨城、青森	おろししょうが	鹿児島、高知	パセリ	茨城	
		鮭の切り身	北海道、岩手	小松菜	久喜、埼玉	スイートバジル	茨城	カットわかめ	韓国		
				パプリカ	韓国、ニュージーランド	チンゲンサイ	茨城	切干大根	宮崎		
								ひじき	韓国		

※諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります

