

11月分予定献立表(Aコース)

(給食回数19回)



久喜市教育委員会
全農食品久喜事業所

平成29年度

日付 (曜日)	献立			血・肉・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 (水)	ゆでうどん	牛乳	ごまみそうどん ★ささかまほこの天ぷら 磯香おひたし(しょうゆ・刻みのり)	牛乳、豚肉、みそ スケソウダマのり	うどん、油、三温糖、でん粉、ごま でん粉、砂糖、油	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、ねぎ、椎茸 もやし、ほうれん草、キャベツ、人参	630 26.8	788 32.9	
2日 (木)	ごはん	牛乳	えび焼売 マーボー春雨 中華スープ 白ごまプリン	牛乳、魚肉すりみ、エビ、 豚肉	米、油、でん粉、砂糖、小麦粉 春雨、油、ごま油、三温糖、でん粉 ごま油、白ごまプリン	玉ねぎ 生姜、にんにく、筍、玉ねぎ、人参、にら、きくらげ もやし、キャベツ、人参、チンゲン菜、椎茸	702 22.7	915 28.6	
3日	文化の日								
6日 (月)	ごはん	牛乳	モロの竜田揚げ 大豆の磯煮 根菜のみそ汁	牛乳、モーカ 鶏肉、大豆、ひじき みそ	米、でん粉 油、三温糖 さつま芋	生姜 人参、いんげん 大根、人参、ねぎ、ごぼう、しめじ、こんにやく	623 26.5	777 31.8	
7日 (火)	バーガーパン	牛乳	クリームコロッケ サラダ(サウザンドドレッシング) ミネストローネ 芋ようかん	牛乳、豆乳 ベーコン	パン、パン粉、小麦粉、でん粉、砂糖、油 ドレッシング じゃが芋、オリーブ油、三温糖、芋ようかん	玉ねぎ、とうもろこし キャベツ、きゅうり、人参、枝豆、パプリカ赤 にんにく、人参、玉ねぎ、トマト、セロリ	712 20.8	881 26.2	
8日 (水)	中華めん	牛乳	豆腐ラーメン ★いかのピリ辛焼き 野菜サラダ(青じそドレッシング)	牛乳、豚肉、豆腐、わかめ いか	中華めん、油、でん粉 きび砂糖、ごま油 ドレッシング	生姜、にんにく、人参、小松菜、ねぎ 生姜、にんにく ほうれん草、キャベツ、人参、ホールコーン	596 28.9	725 35.4	
9日 (木)	栗ごはん	牛乳	ほうれん草入り厚焼き卵 車麩と大根の煮物 呉汁	牛乳、卵 大豆、油揚げ、みそ	米、栗、砂糖、でん粉、油 車麩、三温糖	ほうれん草 大根、人参、枝豆、筍、椎茸 ごぼう、かぼちゃ、人参、小松菜、ねぎ、こんにやく	643 24.5	825 30.1	
10日 (金)	ごはん	牛乳	レンコンのはさみ揚げ(ソース) ★五目きんぴら あさりのみそ汁 青りんごゼリー	牛乳、鶏肉 豚肉 あさり、豆腐、みそ	米、パン粉、でん粉、小麦粉、油 ごま油、三温糖、ごま 青りんごゼリー	れんこん、玉ねぎ、しいたけ ごぼう、人参、こんにやく 大根、ねぎ、えのき茸	684 22.8	864 28.8	
13日 (月)	黄金めし	牛乳	◆わらじカツ 小松菜の和え物(かつお節・しょうゆ) ◆重忠汁	牛乳、豚肉 かつお節 油揚げ、みそ	米、きび、小麦粉、パン粉、油、三温糖 白玉ち	小松菜、もやし、キャベツ、人参 大根、人参、ねぎ、えのき茸、こんにやく	659 26.4	848 32.0	
14日	埼玉県民の日								
15日 (水)	ゆでうどん	牛乳	みそ煮込みうどん 彩の国肉まん 糸昆布の煮物	牛乳、鶏肉、かまぼこ、油揚げ、みそ 豚肉 昆布、豚肉	うどん、三温糖 小麦粉、砂糖、油、パン粉、でん粉 三温糖	大根、人参、小松菜、ねぎ 玉ねぎ、キャベツ、しいたけ、生姜 白滝、人参	699 27.6	820 32.2	
16日 (木)	ごはん	牛乳	鶏そぼろ信田のきのごあん 切干大根の煮物 わかめのみそ汁 納豆	牛乳、鶏肉、油揚げ、豆腐、卵 鶏肉、油揚げ わかめ、みそ、納豆	米、砂糖、小麦粉、油、でん粉 油、三温糖 じゃが芋	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき茸、しいたけ 切干大根、人参、枝豆、こんにやく 人参、ねぎ、小松菜	683 27.5	885 33.4	
17日 (金)	ごはん	牛乳	いわしの生姜煮 野菜炒め 大根と玉ねぎのみそ汁 ブルーベリーゼリー	牛乳、いわし 豚肉 みそ	米、三温糖、でん粉 油 白玉、ブルーベリーゼリー	生姜 キャベツ、もやし、人参、ピーマン、きくらげ 玉ねぎ、大根、人参、チンゲン菜、ねぎ	627 26.0	779 31.3	
20日 (月)	ごはん	牛乳	サバの香味焼き ひじきの煮物 さつま汁	牛乳、さば ひじき、油揚げ、ちくわ 鶏肉、みそ	米、きび砂糖 三温糖 さつま芋、油	生姜、にんにく 人参、枝豆、椎茸、こんにやく 大根、人参、ごぼう、ねぎ	667 29.9	828 35.7	
21日 (火)	きなこ揚げパン	牛乳	シーフードクリームシチュー ヨーグルト(小>フルーツ、中>アロエ)	牛乳、きな粉 はたて、えび、いか、脱脂粉乳 ヨーグルト	パン、油、グラニュー糖 じゃが芋、ホワイトルウ、生クリーム	マッシュルーム、玉ねぎ、人参	681 26.6	866 36.9	
22日 (水)	中華めん	牛乳	わかめラーメン ねぎみそパオズ 中華サラダ(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉、わかめ 豚肉、みそ	中華めん、油、ごま油 でん粉、砂糖、小麦粉、ごま油 ドレッシング	にんにく、生姜、コーン、人参、ねぎ ねぎ、キャベツ、玉ねぎ、にら、生姜 キャベツ、もやし、人参、小松菜	626 26.3	753 31.7	
23日	勤労感謝の日								
24日 (金)	ごはん	牛乳	さんまのかば焼き ほうれん草のおひたし(しょうゆ・かつお節) すまし汁	牛乳、さんま かつお節 豆腐、わかめ	米、でん粉、油、三温糖、ごま	ほうれん草、キャベツ、人参、もやし 筍、しめじ、ねぎ、人参	613 23.0	781 28.3	
27日 (月)	シンガポール チキンライス	牛乳	蒸し鶏のチリソース サラダ(棒々鶏ドレッシング) ヨントアフォー	牛乳、鶏肉 えび、いか、厚揚げ	米、油、三温糖 ドレッシング 油、でん粉	にんにく、生姜、ねぎ、玉ねぎ キャベツ、きゅうり、人参、パプリカ赤 生姜、人参、小松菜、ブロッコリー、ねぎ	583 28.9	759 37.8	
28日 (火)	さきたまロール	牛乳	サーモンムニエル 海藻サラダ(和風ごまドレッシング) ベーコンと野菜のスープ みかん	牛乳、秋サケ わかめ、まわかめ、昆布、のり ベーコン	さきたまロール、小麦粉、油、バター ドレッシング 油、じゃが芋	キャベツ、もやし、人参、きゅうり にんにく、キャベツ、人参、セロリ、ほうれん草、玉ねぎ、みかん	624 26.2	752 30.0	
29日 (水)	ゆでうどん	牛乳	みそポテト キャベツの和え物(しょうゆ・刻みのり) おきりこみ ★アーモンドフィッシュ	牛乳、みそ のり 豚肉、油揚げ、いわし	うどん、じゃが芋、小麦粉、でん粉、三温糖、油 油、三温糖、アーモンド、ごま	ゆず キャベツ、人参、もやし、小松菜 白菜、大根、人参、ほうれん草、ねぎ、しめじ	675 24.5	824 30.7	
30日 (木)	ごはん	牛乳	森のカレー あじフリッター ★こんにやく入りサラダ(ソイドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳 あじ、オキアミ	米、じゃが芋、カレールウ 小麦粉、でん粉、砂糖、米粉、油 ドレッシング	にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、きのこ類、りんご あおさ こんにやく、キャベツ、きゅうり、人参	724 24.4	962 34.9	
							11月平均栄養摂取量	655 25.8	823 32.0

○印は「久喜市内統一メニュー」です

○13日【行事食(埼玉県民の日)】 ○24日【郷土・イベントに関連した料理(和食の日)】

◆印は「新メニュー」です
★印は「カミカミ献立」です

平成29年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区)

11月 予定

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地					
主食	米	埼玉(久喜市産米)	厚削り	静岡	小松菜	久喜	筍	愛媛				
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し	九州	チンゲンサイ	久喜	にら	茨城				
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ	さば	ノルウェー	にんじん	久喜	ブロッコリー	埼玉、青森				
牛乳	埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。 原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	さんま	台湾	キャベツ	久喜	パセリ	茨城			
		えび	ベトナムインド	あじ	ベトナム	大根	久喜	パプリカ	韓国、オランダ			
		いわし	茨城	ほうれん草	久喜	はくさい	久喜	玉ねぎ	北海道			
		ホキ	ニュージーランド	ほうれん草	久喜	ほうれん草	久喜	じゃがいも	北海道			
肉類	千葉、青森、群馬	豚肉	宮城	枝豆	インドネシア	セロリ	長野	青果類	マッシュルーム	茨城		
		鶏肉	青森、岩手、宮城、鹿兒島、宮崎、千葉	モウカ	宮城	ごぼう	茨城	さといも	宮崎	乾燥類	ほうれん草	茨城
		あさり	熊本	はたて	北海道	ピーマン	茨城	温州みかん	愛媛	乾物	わかめ	韓国
		イカ	ペルー	秋鮭	北海道	コーン	北海道	もやし	栃木	乾物	切干大根	宮崎
魚介類	熊本	えび	ベトナム	きゅうり	久喜	いんげん	北海道	えのき	埼玉	乾物	ほししいたけ	宮崎、大分
		いわし	茨城	長ねぎ	久喜	しょうが	鹿兒島、高知	エリンギ	長野	乾物	きくらげ	熊本
		かぼちゃ	久喜	にんにく	青森	にんにく	青森	しめじ	長野	乾物	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