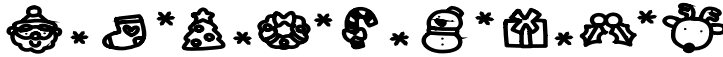


12月分予定献立表(Aコース)

(給食回数16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 (金)	ごはん	コーヒーマル 牛乳	厚焼き卵 豚肉とねぎのみそ炒め ひつつみ	牛乳、卵 豚肉、みそ 鶏肉	米、砂糖、でん粉、油 油、ごま油、三温糖 小麦粉、でん粉、油	ねぎ、もやし、人参、生薑、にんにく、りんご 大根、白菜、人参、しめじ、えのき茸、椎茸、ねぎ、ごぼう、みつば	637 26.2	824 31.3
○ 4日 (月)	ごはん	牛乳	まぐろのごまがらめ ほうれん草の和え物(青じそドレッシング) きのこのみそ汁 みかんゼリー	牛乳、まぐろ 油揚げ、みそ	米、油、三温糖、ごま、でん粉 ドレッシング 竹の子芋、みかんゼリー	ほうれん草、もやし、人参、キャベツ しめじ、えのき茸、椎茸、人参、ねぎ	624 24.9	804 31.7
5日 (火)	食パン いちごジャム	牛乳	チャンボンメン サラダ(イタリアンドレッシング) 野菜スープ	牛乳、たら、脱脂粉乳、チーズ 鶏肉	食パン、マカロニ、ホワイトルウ、油、生クリーム ドレッシング でん粉、いちごジャム	キャベツ、もやし、人参、きゅうり 白菜、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、椎茸	628 25.8	809 33.7
6日 (水)	中華めん	牛乳	チャンボンめん かに焼売 野菜と茎わかめのサラダ(韓国ナムドレッシング)	牛乳、豚肉、いか、えび、ちくわ、かまぼこ、みそ たら、かに 茎わかめ、ひじき	中華めん、ごま 砂糖、でん粉、小麦粉 ドレッシング	もやし、人参、きくらげ、椎茸、チンゲン菜、枝豆 玉ねぎ キャベツ、人参、小松菜	646 26.6	826 32.8
7日 (木)	茶めし	牛乳	つくね団子 油麩と大根の煮物 かんぴょうのみそ汁	牛乳、鶏肉、鶏レバー 鶏肉 豆腐、油揚げ、みそ	米、砂糖、パン粉、でん粉、油 麩、油	玉ねぎ、人参、ごぼう、ねぎ 大根、人参、枝豆、筍、椎茸 かんぴょう、人参、ほうれん草、ねぎ	693 27.0	829 30.6
8日 (金)	ごはん	牛乳	チキン南蛮(タルタルソース) 野菜炒め みそ汁	牛乳、鶏肉 ベーコン 油揚げ、みそ	米、でん粉、油、三温糖、タルタルソース 油 じゃが芋	生薑、レモン果汁 玉ねぎ、キャベツ、もやし、人参、ピーマン 小松菜、しめじ、ねぎ	691 26.6	839 29.6
11日 (月)	ごはん	牛乳	ポーワカレー ★子持ちししゃものフリッター サラダ(柑橘風味ドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳 ししゃも、オキアミ、あおさ	米、じゃが芋、カレールー 小麦粉、でん粉、砂糖、米粉、油 ドレッシング	にんにく、生薑、人参、玉ねぎ、りんご 大根、キャベツ、小松菜、人参	676 24.3	887 32.4
12日 (火)	ドックパン	牛乳	ソーセージ(ケチャップ) ザワークラウト風(ごまドレッシング) ◆カルトツフェルズツペ	牛乳、豚肉 ベーコン、脱脂粉乳、牛乳	ドックパン、砂糖 ドレッシング じゃが芋、ホワイトルウ、生クリーム	キャベツ、きゅうり、パプリカ、人参、コーン 人参、玉ねぎ、ねぎ、ブロッコリー、パセリ	700 26.5	862 33.9
13日 (水)	ゆでうどん	牛乳	南瓜のほうとう汁 いなり寿司 ヨーグルト 磯香おひたし(しょうゆ、刻みのり)	牛乳、豚肉、油揚げ、みそ 油揚げ、ヨーグルト のり	うどん 米、砂糖、でん粉、油	かぼちゃ、ごぼう、大根、人参、しめじ、ねぎ もやし、ほうれん草、キャベツ、人参	690 24.8	813 29.2
14日 (木)	ごはん	牛乳	メンチカツ(ソース) ★切干大根サラダ(和風ドレッシング) えのきとわかめのみそ汁	牛乳、豚肉 わかめ、みそ	米、パン粉、小麦粉 ドレッシング じゃが芋	玉ねぎ 切干大根、コーン、キャベツ、人参、きゅうり えのき茸、ねぎ、小松菜	651 22.5	843 28.0
○ 15日 (金)	ごはん	牛乳	さばの塩焼き おひたし(かつお節、しょうゆ) ◆おでんぶ	牛乳、さば かつお節 鶏肉、金時豆、ちくわ	米、 油、三温糖	もやし、キャベツ、人参、ほうれん草 れんこん、人参、ごぼう、大根、こんにやく、いんげん	636 28.7	810 33.8
18日 (月)	ごはん	牛乳	カレーロールフライ 和風和え(和風玉ねぎドレッシング) すまし汁 中>アーモンドフィッシュ	牛乳、ハム 鶏肉、豆腐、中>煮干し	米、マーガリン、小麦粉、パン粉、砂糖、油 ドレッシング 油、中>アーモンド、ごま	玉ねぎ、人参、コーン キャベツ、人参、きゅうり、しめじ チンゲン菜、えのき茸、人参、大根、ねぎ	629 22.3	816 29.8
19日 (火)	ツイストパン	牛乳	クリスマスクリスピーチキン ブロッコリーサラダ(フレンチドレッシング) ミネストローネ クリスマスケーキ	牛乳、鶏肉 ベーコン	ツイストパン、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、ケーキ	にんにく ブロッコリー、キャベツ、人参、コーン にんにく、人参、玉ねぎ、トマト、セロリ	683 23.1	903 29.5
20日 (水)	中華めん	牛乳	サンマーメン 煮たまご みかん こんにやく入りサラダ(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉 卵 わかめ	中華めん、でん粉、ごま油 三温糖 ドレッシング	生薑、にんにく、もやし、人参、玉ねぎ、筍、にら、メンマ、きくらげ みかん こんにやく、キャベツ、きゅうり、人参	687 28.4	830 32.1
○ 21日 (木)	ごはん	牛乳	鶏肉とかぼちゃの香味あえ 小松菜のおひたし(しょうゆ、かつお節) 大根のみそ汁	牛乳、鶏肉 かつお節 豆腐、みそ	米、でん粉、三温糖、油、ごま	かぼちゃ、ゆず 小松菜、キャベツ、もやし、人参 大根、人参、ねぎ	646 24.8	819 30.3
22日 (金)	ごはん	牛乳	春巻 ミニがんと野菜の含め煮 あさりのみそ汁	牛乳、豚肉 がんと あさり、豆腐、みそ	米、春雨、でん粉、砂糖、油、ごま油 三温糖	キャベツ、玉ねぎ、人参、筍、にら 人参、こんにやく、れんこん、筍、椎茸、枝豆 大根、えのき茸、小松菜、ねぎ	691 27.9	846 33.8

12月平均栄養摂取量	662 25.6	834 31.4
------------	-------------	-------------

1月分予定献立表(Aコース) ★3学期の給食は1月9日(火)から始まります。

1月 9日 (火)	ドックパン	牛乳	ほうれん草入りオムレツ(ケチャップ) スパゲティナポリタン コンソメスープ	牛乳、卵 ベーコン	ドックパン、でん粉、砂糖、油 スパゲティ、油、バター じゃが芋	ほうれん草 にんにく、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ピーマン、トマト キャベツ、人参、チンゲン菜、コーン	727 25.2	892 30.1
10日 (水)	ゆでうどん	牛乳	いなりかうどん 和風あえ(しょうゆ、かつお節) ★アーモンドフィッシュ	牛乳、鶏肉、かまぼこ 茎わかめ、かつお節 煮干し	うどん、きつねもち、三温糖、油 アーモンド、ごま	チンゲン菜、ねぎ、しめじ、しいたけ もやし、ほうれん草、人参	673 27.6	782 31.9
○ 11日 (木)	わかめごはん	牛乳	若鶏の唐揚げ 炒めなます 7草汁 中>牛乳プリン	牛乳、わかめ、鶏肉 豚肉 鶏肉	米、でん粉、油 油、三温糖、ごま油 中>牛乳プリン	生薑、にんにく 白滝、ごぼう、人参、れんこん、いんげん、しいたけ 白菜、大根、かぶ、大根とかぶの葉、人参、ねぎ、せり	587 29.1	758 32.2
12日 (金)	ごはん	牛乳	さばのゆず味噌だれ キャベツのおひたし(青じそドレッシング) のっぺい汁	牛乳、さば、みそ 鶏肉、厚揚げ、いか、ちくわ	米、でん粉、三温糖 ドレッシング でん粉	生薑、ゆず キャベツ、人参、もやし こんにやく、人参、ねぎ、小松菜	600 25.9	745 31.2

○印は「久喜市内統一メニュー」です

○21日【行事食(冬至)】 ○15日【郷土・イベントに関連した料理(徳島県の郷土料理)】

○4日【郷土・イベントに関連した料理(受験応援メニュー・スタディめし)】

○1月11日【強化関連献立(行事食 年始の伝統)】

◆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)

12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	煮干し 九州	たけのこ芋 久喜	たけのこ 久喜	ブロッコリー 埼玉、青森	
	パン 埼玉、アメリカ、カナダ	たら アメリカ	えび ベトナム	かぼちゃ メキシコ	セロリ 長野	さといも 宮崎	
	麺 埼玉、アメリカ、カナダ	子持ちししゃも アイスランド他	まぐろ ベトナム	セロリ 長野	かんぴょう 栃木	温州みかん 愛媛	
牛乳	牛乳 埼玉、栃木、北海道など	キャベツ 久喜	きゅうり 久喜	かんぴょう 栃木	ごぼう 茨城	もやし 栃木	
卵	卵 埼玉、栃木他	長ねぎ 久喜	小松菜 久喜	ごぼう 茨城	しょうが 鹿児島、高知	えのき 埼玉	
肉類	豚肉 千葉、青森、群馬	鶏肉 久喜	チンゲンサイ 久喜	にんにく 青森	にんにく 青森	しめじ 長野	
	鶏肉 青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉	大根 久喜	にんにく 久喜	メンマ ベトナム	ピーマン 茨城	インゲン 北海道	
魚介類	あさり 熊本	ほうれんそう 久喜	はくさい 久喜	ホールコーン 北海道	パプリカ 韓国、オランダ	糸みつば 千葉	
	イカ ベルギー			にら 北海道	玉ねぎ 北海道	枝豆 インドネシア	
	さば ノルウェー			れんこん 北海道	れんこん 北海道	じゃがいも 北海道	
						わかめ 韓国	
						切干大根 宮崎	
						ほししいたけ 宮崎、大分	
						きくらげ 熊本	
						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