

# 9月分予定献立表(Bコース)

(給食回数20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 味付けのり ゆでうどん	牛乳	五目厚焼卵 豚肉と大豆の煮物 冬瓜と豆腐のみそ汁	牛乳、卵、干しえび、ひじき 豚肉、大豆 豆腐、みそ、味付けのり	米、砂糖、でん粉 三温糖	人参、ほうれん草、 玉ねぎ、人参、こんにやく とうがん、人参、こまつな、ねぎ、しいたけ、しめじ	610 28.5	765 33.9	
4日 (月)		牛乳	豚キムチうどん きのご焼売 野菜のおひたし(しょうゆ・かつお節)	牛乳、豚肉、みそ 豚肉 のり	うどん、油、三温糖、ごま油 でん粉、砂糖、ごま油、小麦粉	にんにく、生姜、玉ねぎ、大根、人参、葱、ねぎ、しめじ、キムチ 玉ねぎ、しいたけ、しめじ、生姜 キャベツ、もやし、人参、こまつな	656 27.8	785 31.8	
5日 (火)	ごはん	牛乳	ハヤシライス サラダ(イタリアンドレッシング) 巨峰	牛乳、豚肉、脱脂粉乳	米、油、生クリーム、ハヤシルー ドレッシング	生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、トマト キャベツ、きゅうり、こまつな、パプリカ(赤・黄) ぶどう	660 23.8	857 31.1	
6日 (水)	ごはん	牛乳	あじフライ(ソース) ゴーヤチャンプルー イナムドゥチ	牛乳、あじ 厚揚げ、ハム 豚肉、かまぼこ、みそ	米、パン粉、でん粉、油 油、ごま油	にがうり、玉ねぎ、人参 しいたけ、にんじん、こんにやく	668 25.1	811 28.4	
7日 (木)	食パン りんごジャム	牛乳	ポパイオムレツ(ケチャップ) ガスパチヨ風スープ 鶏肉とキャベツのソテー ヨーグルト	牛乳、卵 豚肉 鶏肉、ヨーグルト	食パン、でん粉、砂糖、油、ごま 砂糖 油、りんごジャム	ほうれん草 にんにく、トマト、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ 玉ねぎ、キャベツ、もやし、人参、	683 25.5	833 30.0	
8日 (金)	麦ごはん	牛乳	鮭の香味揚げ 菊とほうれん草のお浸し(しょうゆ・かつお節) みそけんちん	牛乳、鮭、 かつお節 豆腐、みそ	米、麦、油、三温糖 里芋	パプリカ 菊、ほうれん草、キャベツ、人参、もやし ごぼう、大根、人参、ねぎ、チンゲン菜、白菜	622 26.5	779 29.9	
11日 (月)	中華めん	牛乳	ジャージャーめん 黒豆カップケーキ ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	牛乳、豚肉、みそ 黒豆、牛乳	中華めん、三温糖、でん粉、ごま油 ホットケーキミックス、三温糖 ドレッシング	にんにく、生姜、玉ねぎ、葱、ねぎ、人参、しいたけ 抹茶 ごぼう、れんこん、キャベツ、人参、きゅうり	742 27.1	878 32.0	
12日 (火)	ナン	牛乳	タンドリーチキン キーマカレー モロヘイヤのスープ	牛乳、鶏肉、ヨーグルト 豚肉	ナン、三温糖、カレールウ 油、でん粉、ごま	生姜、にんにく にんにく、生姜、セロリ、人参、玉ねぎ、梨、トマト モロヘイヤ、たけのこ、玉ねぎ、人参、ねぎ、パプリカ	564 29.0	734 36.2	
13日 (水)	ごはん	牛乳	さんまのみぞれ煮 ひじきとじゃがいもの煮物 豚汁	牛乳、さんま ひじき、鶏肉、ちくわ 豚肉、豆腐、油揚げ、みそ	米、三温糖 じゃが芋、油、三温糖	大根 人参 ごぼう、人参、大根、ねぎ、こんにやく、こまつな	643 25.2	804 31.5	
14日 (木)	バーガーパン	牛乳	ハムかつ(ソース) 親豆子豆サラダ(サウザンドレッシング) 野菜スープ	牛乳、豚肉 大豆	バーガーパン、油、でん粉、パン粉 ドレッシング	枝豆、キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、もやし、コーン、人参、チンゲン菜、しめじ	647 23.7	762 27.4	
15日 (金)	ごはん	牛乳	いかのバター焼き 豚肉と野菜炒め かぼちゃのみそ汁 中>アーモンドフィッシュ	牛乳、いか 豚肉 油揚げ、みそ、中>煮干し	米、バター、油 油	もやし、キャベツ、人参、ピーマン、玉ねぎ かぼちゃ、こまつな、ねぎ	606 27.1	798 35.1	
18日	敬老の日								
19日 (火)	ゆでうどん	牛乳	肉うどん 桜えびかまぼこの鉄板焼き 野菜の含め煮 ぶどうヨーグルト	牛乳、豚肉、かまぼこ たら、桜えび 厚揚げ、ぶどうヨーグルト	うどん、三温糖 でん粉、三温糖 三温糖	こまつな、玉ねぎ、人参、ねぎ、しめじ、しいたけ 玉ねぎ、れんこん、ねぎ、生姜 大根、こんにやく、人参、たけのこ、しいたけ	645 28.1	765 33.0	
20日 (水)	ごはん	牛乳	鶏肉の山賊焼き キャベツの和え物(ごまドレッシング) 大平汁	牛乳、鶏肉 豆腐、ちくわ	米、でん粉 ドレッシング	生姜、にんにく キャベツ、もやし、こまつな、人参 人参、えのきだけ、ねぎ、ほうれん草	607 26.1	750 28.9	
21日 (木)	子供パン	牛乳	肉団子のパーベキューソース れんこんサラダ(マヨネーズ) さつまいもポタージュ	牛乳、豚肉、鶏肉 脱脂粉乳、牛乳	子供パン、パン粉、でん粉、三温糖 マヨネーズ さつまいも、油、ホワイトルウ、生クリーム	玉ねぎ、にんにく、生姜、梨 れんこん、キャベツ、きゅうり、パプリカ、人参 玉ねぎ、クリームコーン、パセリ	673 24.1	912 35.5	
22日 (金)	ごはん	牛乳	白身魚の磯辺フライ(ソース) キムタクごはんの具 田舎汁	牛乳、ホキ、青のり 豚肉 ちくわ、みそ	米、パン粉、でん粉、小麦粉、油、ごま 油、三温糖、ごま油、ごま 里芋、油	キムチ、人参、にら、しいたけ、ねぎ、たくあん ごぼう、大根、こんにやく、人参、ねぎ	644 24.8	824 29.2	
25日 (月)	中華めん	牛乳	塩バターラーメン 磯ギョーザ 中華和え(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉 豚肉、鶏肉、ひじき	中華めん、油、バター、でん粉 でん粉、ごま油、小麦粉 はるさめ、ドレッシング	にんにく、生姜、コーン、もやし、にら、人参、ねぎ、きくらげ ねぎ、生姜、しいたけ キャベツ、こまつな、人参、きゅうり	657 24.4	840 29.7	
26日 (火)	ごはん	牛乳	さばの塩焼き がんと野菜の含め煮 なめこ汁 パンナコッタ	牛乳、さば がんと 豆腐、わかめ、みそ	米 三温糖 パンナコッタ	大根、こんにやく、人参、たけのこ、しいたけ なめこ、ねぎ	687 28.8	855 34.8	
27日 (水)	いもごはん	牛乳	スコッチエッグ(ケチャップ) 野菜のオイスターソース炒め みそ汁	牛乳、卵、鶏肉 豚肉 油揚げ、みそ	米、さつまいも、パン粉、水あめ、油 ごま油	玉ねぎ キャベツ、チンゲン菜、もやし、人参、きくらげ 大根、こまつな、ねぎ	645 23.9	822 31.1	
28日 (木)	バーガーパン	牛乳	フィッシュナゲット(ケチャップ) なすとトマトのスパゲティ キャベツのスープ 洋梨ゼリー	牛乳、たら、いか、えび、ホタテ ベーコン	バーガーパン、小麦粉、でん粉、油 スパゲティ、油、三温糖 洋梨ゼリー	玉ねぎ にんにく、玉ねぎ、マッシュルーム、なす、トマト キャベツ、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、しいたけ	653 22.7	826 28.7	
29日 (金)	ごはん	牛乳	焼売(しょうゆ) サラダ(青じそドレッシング) 野菜たっぷりチゲ	牛乳、豚肉 豚肉、豆腐、みそ	米、でん粉、砂糖、ごま油 ドレッシング	玉ねぎ、生姜 もやし、ほうれん草、キャベツ、人参 しめじ、えのきだけ、白菜、人参、にら、ねぎ、しいたけ、キムチ	635 24.8	764 28.4	
○印は「久喜市内統一メニュー」です ○8日【行事食(重陽の節句)】 ○20日【行事・イベントに関連した料理(長野県郷土料理)】 ○6日【教科関連献立(中学2年生 社会 日本の諸地域 沖縄)】							◆印は「新メニュー」です ★印は「カミカミ献立」です		
<b>9月平均栄養摂取量</b>							646	807	
							25.8	31.3	

## 平成29年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区)

8・9月 予定

食材	産地	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)	かつお削り	静岡	じゃがいも	久喜、長崎	チンゲンサイ	茨城	しめじ	長野
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し	千葉、茨城	なす	埼玉	とうがん	愛媛	マッシュルーム	茨城
牛乳	牛乳	埼玉、アメリカ、カナダ	かつお削り	静岡	さといも	宮崎	にら	茨城	くき	秋田
	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	アジ	ベトナム	ピーマン	茨城	ホールコーン	北海道	モロヘイヤ	栃木
卵	卵	埼玉、栃木、長野他	さんま	岩手	枝豆	インドネシア	にがうり	鹿児島	なめこ	新潟
	卵	埼玉、栃木、長野他	さけ	北海道	ごぼう	茨城	はくさい	長野	わかめ	韓国
肉類	豚肉	千葉、青森、群馬	桜えびステーキ	静岡	セロリ	長野	パセリ	茨城	切干大根	宮崎
	鶏肉	青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉	ホキ	ニュージーランド	キャベツ	茨城	パプリカ	韓国、オランダ	ほしいたけ	宮崎、大分
魚介類	イカ	ペルー	きゅうり	埼玉	さつまいも	千葉	ほうれんそう	茨城	きくらげ	熊本
	さば	アイスランド	長ねぎ	久喜	しょうが	鹿児島、高知	もやし	栃木	ひじき	韓国
			かぼちゃ	久喜	にんにく	青森	みかん	愛知		
			玉ねぎ	久喜	にんじん	北海道	ほうれん草	久喜		
			小松菜	埼玉、茨城	筍	愛媛	巨峰	久喜		
			じゃがいも	久喜、長崎	大根	青森	えのき	埼玉		

※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