※献立アンケート実施日

平成29年　12月分予定献立表

（給食回数16回）

久喜市教育委員会　鷲宮学校給食センター

日付（曜日）	献立（こんだて） 主食	飲物	おかず	スプーン	熱や力となるもの（きいろ）	血肉骨となるもの（あか）	体の調子を整えるもの（みどり）	熱量（Kcal） たんぱく質（g） 小学生	中学生
※ 1日（金）	ごはん	牛乳	☆教科と関連した献立　スタディー飯 まぐろのごまがらめ ほうれんそうのサラダ（ノンオイルあおじそドレッシング） きのこのみそしる みかん		ごはん　でんぷん　あぶら さとう　ごま　ドレッシング さといも	牛乳　まぐろ　あぶらあげ みそ	ほうれんそう　もやし　にんじん しめじ　えのきだけ　ながねぎ ほししいたけ　みかん	615 26.2	816 33.6
4日（月）	ごはん	牛乳	とんかつ（ソース） こんぶのにもの けんちんじる		ごはん　パンこ　あぶら さとう　ごまあぶら　さといも	牛乳　ぶたにく　こんぶ ちくわ　とうふ	にんじん　えだまめ　だいこん こんにゃく　ごぼう　ながねぎ	609 22.2	768 28.5
5日（火）	ごはん	牛乳	あじからみやき ごもくきんぴら かぶのみそしる		ごはん　さとう　ごま あぶら	牛乳　あじ　さつまあげ ぶたにく　とうふ　あぶらあげ みそ	ごぼう　にんじん　えだまめ かぶ　たまねぎ	600 26.8	758 33.8
6日（水）	こどもパン	牛乳	チリコンカン フライドポテト やさいスープ		こどもパン　あぶら はくりきこ　じゃがいも	牛乳　だいず　ぶたにく とりにく	たまねぎ　にんじん　マッシュルーム にんにく　キャベツ　パセリ	721 25.2	916 30.8
7日（木）	ゆでうどん	牛乳	かきたまうどん かみかみだいず ごぼうサラダ（ごまドレッシング）		ゆでうどん　でんぷん　あぶら さとう　ドレッシング	牛乳　とりにく　たまご だいず　かえりにぼし	にんじん　こまつな　たまねぎ ながねぎ　ごぼう　きゅうり	600 26.3	760 31.5
8日（金）	ちゃめし	牛乳	あつやきたまご はくさいのあえもの（わふうごまドレッシング） おでん		ちゃめし　さとう　ドレッシング	牛乳　たまご　たこボール さつまあげ　あげこうや ちくわ　うずらたまご いわしつみれ　こんぶ	だいこん　にんじん　こんにゃく はくさい　ほうれんそう	613 26.1	782 32.4
11日（月）	ごはん	牛乳	ソフトカレイたつた さといものそぼろに はくさいのみそしる		ごはん　あぶら　さといも さとう　でんぷん	牛乳　カレイ　ぶたにく みそ	にんじん　たまねぎ　こんにゃく えだまめ　はくさい　ながねぎ だいこん	632 25.7	810 32.4
12日（火）	わかめごはん	牛乳	☆リクエスト献立　鷲宮小学校 バランス＆人気メニュー とりのからあげ こんにゃくサラダ（イタリアンドレッシング） にくワンタンスープ　アーモンドつぶ		ごはん　でんぷん あぶら　ドレッシング ワンタンのかわ　アーモンド	牛乳　とりにく　なると ぶたにく　わかめ	ブロッコリー　にんじん　こんにゃく もやし　ながねぎ	653 25.5	825 31.9
13日（水）	はちみつパン	牛乳	フランクフルト（ケチャップ） キャベツのサラダ（コーンクリーミードレッシング） シーフードシチュー	○	はちみつパン　ドレッシング じゃがいも　ホワイトルウ	牛乳　フランクフルト　とりにく えび　あさり　スキムミルク	にんじん　キャベツ　きゅうり たまねぎ　パセリ	700 30.0	908 36.6
14日（木）	ちゅうかめん	牛乳	とんこつラーメン　あげギョーザ チンゲンサイのサラダ （ぐだくさんたまねぎドレッシング） マスカットゼリー	○	ちゅうかめん　ごま　ごまあぶら ギョーザのかわ　ドレッシング マスカットゼリー	牛乳　ぶたにく　かまぼこ みそ	にんにく　しょうが　もやし にら　ながねぎ　チンゲンサイ コーン　にんじん	659 22.9	844 28.7
※ 15日（金）	ごはん	牛乳	☆郷土料理　徳島県 サバしおやき ほうれんそうのおひたし（かつおぶし　しょうゆ） おでんぶ		ごはん　さとう　あぶら	牛乳　さば　かつおぶし とりにく　きんときまめ　ちくわ こんぶ	ほうれんそう　にんじん　もやし れんこん　ごぼう　だいこん こんにゃく	632 25.2	800 31.4
18日（月）	むぎごはん	牛乳	えびシューマイ はっぽうさい わかめスープ		むぎごはん　ごまあぶら しゅうまいのかわ　でんぷん あぶら	牛乳　とりにく　わかめ とうふ　えび　いとよりだい うずらたまご　ぶたにく	ながねぎ　にんじん　たまねぎ ほししいたけ　たけのこ　しょうが	625 24.3	800 29.5
19日（火）	ごはん	牛乳	☆行事食　冬至 とりにくとかぼちゃのこうみあえ こまつなのおひたし（しょうゆ） だいこんのみそしる　せとふうみふりかけ		ごはん　でんぷん　あぶら さとう　ごま　せとふうみふりかけ	牛乳　とりにく　なまあげ みそ	ゆず　こまつな　にんじん もやし　だいこん　ながねぎ かぼちゃ	688 24.8	858 30.5
20日（水）	ツイストパン	牛乳	プレーンオムレツ（ケチャップ） かいそうサラダ（バンバンジードレッシング） ポトフ　クリスマスケーキ	○	ツイストパン　ドレッシング じゃがいも　ケーキ	牛乳　たまご　わかめ ぶたにく	キャベツ　にんじん　たまねぎ はくさい	688 21.2	888 27.0
21日（木）	ゆでうどん	牛乳	みそけんちんうどん レンコンはさみあげ（ソース） ひじきのごしょくいため　㊍ヨーグルト	㊍	ゆでうどん　さといも　パンこ あぶら　はるさめ	牛乳　とりにく　みそ ぶたにく　ひじき　㊍ヨーグルト	にんじん　だいこん　ながねぎ ごぼう　れんこん　もやし	616 22.1	865 29.8
22日（金）	むぎごはん	牛乳	カレーライス たこナゲット だいこんサラダ（ちゅうかドレッシング）	○	むぎごはん　じゃがいも カレールウ　あぶら ドレッシング	牛乳　ぶたにく　スキムミルク たこ　いか　たらすりみ	たまねぎ　にんじん　にんにく こまつな　だいこん　トマト	726 24.6	879 30.2
							12月平均栄養摂取量	650 24.9	830 31.1

3学期の給食は1月9日（火）から始まります。

平成30年　1月分予定献立表

9日（火）	ごはん	牛乳	☆行事食　年始の伝統 とりのからあげ いためなます ななくさじる		ごはん　でんぷん　あぶら ごまあぶら　さとう	牛乳　とりにく　あぶらあげ とうふ	こんにゃく　ごぼう　にんじん れんこん　えだまめ　ほししいたけ だいこん　ながねぎ　かぶ　せり	605 24.0	774 30.0
10日（水）	チーズパン	牛乳	フランクフルトトマトソースかけ フルーツポンチ ポトフ	○	チーズパン　じゃがいも	牛乳　フランクフルト　ぶたにく	たまねぎ　みかん　パイン こんにゃく　はくさい　にんじん トマト	687 25.9	925 34.6
11日（木）	ちゅうかめん	牛乳	☆リクエスト献立　砂原小学校 寒さをわすれるあったかメニュー しおラーメン あげギョーザ　ナムル（ナムルドレッシング）		ちゅうかめん　ごま　あぶら ギョーザのかわ　ドレッシング	牛乳　ぶたにく	はくさい　にんじん　ながねぎ たけのこ　しょうが　にんにく コーン　ほうれんそう　もやし	594 22.4	781 28.2
12日（金）	ちゃめし	牛乳	あつやきたまご こまつなのあえもの （やさいいっぱいわふうドレッシング） おでん		ちゃめし　ドレッシング じゃがいも　さとう	牛乳　たまご　たこボール うずらたまご　いわしつみれ こんぶ	コーン　こまつな　にんじん だいこん　こんにゃく	627 24.0	772 28.1

＊材料の都合により、献立が変更になることがあります。　＊㊍は中学生のみの献立です。

＊スプーンの欄に○印のある日は、箸のほかスプーンもご用意ください。

学校給食使用食材の産地（予定）

	食材	産地		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）	肉・魚類・卵他	鶏肉	茨城	肉・魚類・卵他	大豆	埼玉　北海道	青果類	ブロッコリー	エクアドル	青果類	ほうれん草	宮崎	青果類	みかん	和歌山
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ		豚レバー	北海道		豆腐	カナダ		ぜんまい	中国		長ねぎ	久喜		しめじ	長野
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ		フランクフルト	千葉　群馬		油揚げ	アメリカ　カナダ		里芋	千葉		小松菜	埼玉		こんぶ	北海道
	発芽玄米	埼玉		ベーコン	千葉　群馬		あげこうや	カナダ		いんげん	北海道		にんにく	青森	乾物	切り干し大根	宮崎
	スキムミルク	北海道		えび	ベトナム		パックかつお節	静岡		なめこ	長野、宮城		パセリ	千葉		わかめ	韓国
牛乳	牛乳	埼玉　栃木　北海道など		あじ	ニュージーランド		あさり	中国		カリフラワー	エクアドル		えのきだけ	長野　埼玉		干椎茸	大分　宮崎
	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。			カジキマグロ	ベトナム		さば	ノルウェー		たけのこ	徳島、高知、香川		もやし	埼玉		ひじき	長崎　韓国
				カレイ	アメリカ		いわし	ペルー		グリンピース	ペルギー		ごぼう	青森		こんにゃく　白滝	群馬
				さつま揚げ	北海道		たこ	ベトナム		トマト	イタリア		キャベツ	愛知　茨城		ごま	パラグアイ
				ちくわ	北海道	青果類	コーン	ベトナム		れんこん	茨城　徳島		大根	久喜　千葉　茨城		春雨	タイ
卵・肉	卵	埼玉　栃木　群馬		なると	アメリカ		きくらげ	熊本		かぼちゃ	北海道		白菜	久喜　茨城		アーモンド	アメリカ
	うずら卵	愛知　静岡		かまぼこ	タイ　アメリカ		枝豆	北海道　台湾		人参	久喜　埼玉		きゅうり	久喜　埼玉			
	豚肉	埼玉　茨城　栃木		生揚げ	アメリカ　カナダ		りんご	青森		玉葱	北海道		かぶ	埼玉			