

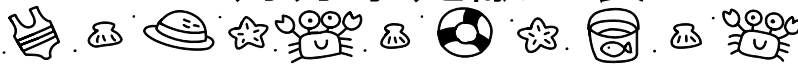
新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため小・中学校が臨時休業になる場合、学校給食も中止となります。

7月分予定献立表

(給食回数 14回)

久喜市教育委員会
栗橋東中学校

令和3年度



日付 (曜日)	献立(こんだて)			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)	
	主食	飲物	おかず					
1日 (木)	ご飯	牛乳	チーズはんぺんフライ(ソース) 五目金平 すまし汁	米 パン粉 油 三温糖 ごま	牛乳 はんぺん チーズ 豚肉 鶏肉 なたと 木綿豆腐	ごぼう 人参 枝豆 ねぎ 大根 小松菜	824 31.9	
2日 (金)	中華麺	牛乳	担々麺 タコメンチカツ 野菜のナムル(ナムルドレッシング)	中華麺 でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉 油 ドレッシング 三温糖 ごま油 ラー油	牛乳 たら たこ あおさ粉 豚肉	キャベツ 生姜 ほうれん草 きゅうり 玉ねぎ もやし ねぎ にんにく	773 32.1	
5日 (月)	ご飯	牛乳	鹿児島県産カンパチの照り焼き 小松菜の和え物(和風ドレッシング) 豚汁 やさいふりかけ	米 砂糖 油 ドレッシング じゃが芋 ふりかけ	牛乳 カンパチ 豚肉 木綿豆腐 味噌	小松菜 人参 枝豆 大根 ごぼう ねぎ	742 33.6	
6日 (火)	ご飯	牛乳	★行事食 セタ 星型コロッケ(ソース) セタ汁 テンジャオソース	米 じゃが芋 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 油 ごま油 手延べそうめん	牛乳 鶏肉 豚肉 星型なたと	玉ねぎ たけのこ ピーマン 人参 生姜 干し椎茸 ねぎ	816 37.9	
7日 (水)	メロンパン	牛乳	チキンナゲット③ コールスローサラダ(コールスロードレッシング) ポークビーンズ	パン パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 ドレッシング じゃが芋 三温糖	牛乳 鶏肉 おから 豚肉 白いんげん豆 大豆	キャベツ 人参 きゅうり コーン にんにく 玉ねぎ トマト	818 25.3	
8日 (木)	ご飯	◎牛乳	ポークシュウマイ② 春雨サラダ ワンタンスープ	米 でん粉 砂糖 ごま油 小麦粉 春雨 油 三温糖	牛乳 豚肉 味噌 なたと (コーヒー牛乳・のむヨーグルト)	玉ねぎ 生姜 きゅうり 人参 枝豆 コーン 干し椎茸 ザーサイ ねぎ ほうれん草	768 25.0	
9日 (金)	地粉うどん	牛乳	カレーうどん 竹輪の磯辺揚げ② チーズ入りサラダ	うどん 小麦粉 油 三温糖 砂糖 カレールウ	牛乳 焼き竹輪 青のり チーズ 鶏肉 なたと 油揚げ	キャベツ きゅうり 人参 ねぎ ほうれん草	851 31.1	
12日 (月)	ご飯	牛乳	油淋鶏② 青菜のごま和え 五目スープ	米 片栗粉 油 三温糖 ごま 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 木綿豆腐	ねぎ にんにく 生姜 小松菜 人参 キャベツ きくらげ チンゲン菜 コーン	840 29.7	
13日 (火)	ご飯	牛乳	さんまの生姜煮 ゴーヤチャンプルー 冬瓜のスープ	米 三温糖 バター ごま油 片栗粉	牛乳 さんま 豚肉 木綿豆腐 かつお節 刻み昆布 ひよこ豆	生姜 ゴーヤ 人参 冬瓜 玉ねぎ 干し椎茸	752 30.9	
14日 (水)	セサミ パーズ	牛乳	★小2国語 夏がいっぱい タンドリーチキン ラタトゥイユ オクラ入りスープ	パン ごま 油 オリーブ油 三温糖 じゃが芋	牛乳 鶏肉 ウィンナー	なす 玉ねぎ 黄ピーマン ズッキーニ トマト キャベツ オクラ 人参 コーン	768 29.4	
15日 (木)	ご飯	牛乳	ソースカツ② ほうれん草のお浸し(しょうゆ・かつお節) わかめの味噌汁	米 でん粉 油 パン粉 砂糖	牛乳 豚肉 かつお節 木綿豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ ねぎ	773 26.3	
16日 (金)	中華麺	牛乳	広東麺 えびと大豆のごまがらめ ひじきのサラダ(香味塩ドレッシング) ◎セレクトデザート	中華麺 片栗粉 油 三温糖 ごま ドレッシング ごま油 ワッフル・チョコワッフル	牛乳 えび 大豆 ひじき 豚肉 わかめ	枝豆 小松菜 人参 キャベツ たら もやし ねぎ にんにく 生姜	822 35.9	
19日 (月)	ご飯	牛乳	★かみかみ献立(こんにやく) イカリングフライ② 夏野菜のカレー こんにやくサラダ(イタリアンドレッシング)	米 パン粉 小麦粉 油 ドレッシング じゃが芋 カレールウ	牛乳 いか 卵 粉チーズ 鶏肉	こんにやく 人参 ブロッコリー なす 玉ねぎ ピーマン トマト にんにく	863 29.8	
20日 (火)	ご飯	牛乳	ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ(ノンエッグマヨネーズ) 洋風かきたま汁	米 パン粉 砂糖 油 じゃが芋 デミグラスソース 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 鶏肉 卵 シュルダールベーコン	玉ねぎ 人参 きゅうり 枝豆 ほうれん草 コーン	903 28.5	
							月平均栄養摂取量	754 30.5

※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。

◎セレクト牛乳:牛乳・コーヒー牛乳・のむヨーグルト

◎セレクトデザート:ワッフル・チョコワッフル

令和3年度 学校給食使用食材の産地 (栗橋地区中学校)

7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(久喜産米)	魚介類	かんばち	鹿児島		にら	茨城、群馬		チンゲン菜	茨城、静岡	乾物	しいたけ	秋田
	パン	埼玉、アメリカ他		さんま	日本		人参	北海道、青森他		舞茸	新潟、長野		わかめ	韓国
	麺	埼玉、アメリカ他		いか	チリ		根深ねぎ	茨城		エノキ茸	長野		ひじき	韓国
牛乳	牛乳	埼玉、北海道他	青果類	じゃがいも	茨城、千葉		ピーマン	茨城		しめじ	長野		切干大根	宮崎
	埼玉県産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。			きゃべつ	群馬		赤・黄ピーマン	韓国		水菜	茨城			
				ごぼう	青森、群馬		もやし	栃木、千葉		ズッキーニ	長野			
				きゅうり	福島、群馬		パセリ	長野		なす	埼玉、栃木他			
肉類	豚肉	群馬		大根	北海道、青森他		小松菜	茨城		ゴーヤ	群馬、宮崎他			
	鶏肉	茨城、宮崎		玉葱	佐賀		セロリ	長野						

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため小・中学校が臨時休業になる場合、学校給食も中止となります。

7月分予定献立表

(給食回数 13回)

久喜市教育委員会

栗橋西中学校

令和3年度



日付 (曜日)	献立(こんだて)			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)
	主食	飲物	おかず				
1日 (木)	ご飯	牛乳	チーズはんぺんフライ(ソース) 五目金平 すまし汁	米 パン粉 油 三温糖 ごま	牛乳 はんぺん チーズ 豚肉 鶏肉 なたと 木綿豆腐	ごぼう 人参 枝豆 ねぎ 大根 小松菜	824 31.9
2日 (金)	中華麺	牛乳	担々麺 タコメンチカツ 野菜のナムル(ナムルドレッシング)	中華麺 でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉 油 ドレッシング 三温糖 ごま油 ラー油	牛乳 たら たこ あおさ粉 豚肉	キャベツ 生姜 ほうれん草 きゅうり 玉ねぎ もやし ねぎ にんにく	773 32.1
5日 (月)	ご飯	牛乳	鹿児島県産カンパチの照り焼き 小松菜の和え物(和風ドレッシング) 豚汁 やさいふりかけ	米 砂糖 油 ドレッシング じゃが芋 ふりかけ	牛乳 カンパチ 豚肉 木綿豆腐 味噌	小松菜 人参 枝豆 大根 ごぼう ねぎ	742 33.6
6日 (火)	ご飯	牛乳	★行事食 セタ 星型コロケ(ソース) セタ汁 テンジャオソース	米 じゃが芋 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 油 ごま油 手延べそうめん	牛乳 鶏肉 豚肉 星型なたと	玉ねぎ たけのこ ピーマン 人参 生姜 干し椎茸 ねぎ	816 37.9
7日 (水)	メロンパン	牛乳	チキンナゲット③ コールスローサラダ(コールスロードレッシング) ポークビーンズ	パン パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 ドレッシング じゃが芋 三温糖	牛乳 鶏肉 おから 豚肉 白いんげん豆 大豆	キャベツ 人参 きゅうり コーン にんにく 玉ねぎ トマト	818 25.3
8日 (木)	ご飯	◎牛乳	ポークシュウマイ② 春雨サラダ ワンタンスープ	米 でん粉 砂糖 ごま油 小麦粉 春雨 油 三温糖	牛乳 豚肉 味噌 なたと (コーヒー牛乳・のむヨーグルト)	玉ねぎ 生姜 きゅうり 人参 枝豆 コーン 干し椎茸 ザーサイ ねぎ ほうれん草	768 25.0
9日 (金)	地粉うどん	牛乳	カレーうどん 竹輪の磯辺揚げ② チーズ入りサラダ	うどん 小麦粉 油 三温糖 砂糖 カレールウ	牛乳 焼き竹輪 青のり チーズ 鶏肉 なたと 油揚げ	キャベツ きゅうり 人参 ねぎ ほうれん草	851 31.1
12日 (月)	ご飯	牛乳	油淋鶏② 青菜のごま和え 五目スープ	米 片栗粉 油 三温糖 ごま 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 木綿豆腐	ねぎ にんにく 生姜 小松菜 人参 キャベツ きくらげ チンゲン菜 コーン	840 29.7
13日 (火)	ご飯	牛乳	さんまの生姜煮 ゴーヤチャンプルー 冬瓜のスープ	米 三温糖 バター ごま油 片栗粉	牛乳 さんま 豚肉 木綿豆腐 かつお節 刻み昆布 ひよこ豆	生姜 ゴーヤ 人参 冬瓜 玉ねぎ 干し椎茸	752 30.9
14日 (水)	セサミ パーズ	牛乳	★小2国語 夏がいっぱい タンドリーチキン ラタトゥイユ オクラ入りスープ	パン ごま 油 オリーブ油 三温糖 じゃが芋	牛乳 鶏肉 ウインナー	なす 玉ねぎ 黄ピーマン ズッキーニ トマト キャベツ オクラ 人参 コーン	768 29.4
15日 (木)	ご飯	牛乳	ソースカツ② ほうれん草のお浸し(しょうゆ・かつお節) わかめの味噌汁	米 でん粉 油 パン粉 砂糖	牛乳 豚肉 かつお節 木綿豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ ねぎ	773 26.3
16日 (金)	中華麺	牛乳	広東麺 えびと大豆のごまがらめ ひじきのサラダ(香味塩ドレッシング) ◎セレクトデザート	中華麺 片栗粉 油 三温糖 ごま ドレッシング ごま油 ワッフル・チョコワッフル	牛乳 えび 大豆 ひじき 豚肉 わかめ	枝豆 小松菜 人参 キャベツ たら もやし ねぎ にんにく 生姜	822 35.9
19日 (月)	ご飯	牛乳	★かみかみ献立(こんにやく) イカリングフライ② 夏野菜のカレー こんにやくサラダ(イタリアンドレッシング)	米 パン粉 小麦粉 油 ドレッシング じゃが芋 カレールウ	牛乳 いか 卵 粉チーズ 鶏肉	こんにやく 人参 ブロッコリー なす 玉ねぎ ピーマン トマト にんにく	863 29.8

◆ ◇ ◆ 2年生 お 弁 当 の 日 ◆ ◇ ◆

※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。

◎セレクト牛乳:牛乳・コーヒー牛乳・のむヨーグルト

◎セレクトデザート:ワッフル・チョコワッフル

月平均栄養摂取量

801

30.7

令和3年度 学校給食使用食材の産地 (栗橋地区中学校)

7月 予定

食材	産地	魚介類	食材	産地	青果類	食材	産地	青果類	食材	産地	乾物	食材	産地
主食	米	埼玉(久喜産米)	かんぱち	鹿児島	青果類	にら	茨城、群馬	青果類	チンゲン菜	茨城、静岡	乾物	しいたけ	秋田
	パン	埼玉、アメリカ他	さんま	日本		人参	北海道、青森他		舞茸	新潟、長野		わかめ	韓国
	麺	埼玉、アメリカ他	いか	チリ		根深ねぎ	茨城		エノキ茸	長野		ひじき	韓国
牛乳	牛乳	埼玉、北海道他	じゃがいも	茨城、千葉	ピーマン	茨城	しめじ	長野	切干大根	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。		きやべつ	群馬	赤・黄ピーマン	韓国	水菜	茨城					
			ごぼう	青森、群馬	もやし	栃木、千葉	ズッキーニ	長野					
			きゅうり	福島、群馬	パセリ	長野	なす	埼玉、栃木他					
肉類	豚肉	群馬	大根	北海道、青森他	小松菜	茨城	ゴーヤ	群馬、宮崎他					
	鶏肉	茨城、宮崎	玉葱	佐賀	セロリ	長野							