

令和4年度		8・9月分 小学校給食予定献立表(Aコース)				鴻巣市教育委員会		食 品 の し ゅ る い				エネルギー	
日 曜	こんだてめい	食 品 の し ゅ る い				エネルギー	たんぱく質	こんだてめい	食 品 の し ゅ る い			調味料	たんぱく質
		エネルギー	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質				たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質		
8月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			606	⑮ 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			591
	キムチチャーハン	こめ ごまあぶら あぶら	ふたにく	にんじん にら たけのこ はくさいキムチ	塩 中華だし しょうゆ			こめ あぶら さとう	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん	しょうゆ 酒 塩		
⑬ 水	しょうろんぼう(低1こ・高2こ)		しょうろんぼう			24.1	⑮ 木	きびなごカリカリフライ(低2こ・高3こ)	あぶら	きびなごカリカリフライ			25.2
	だいこんとしめじのちゅうかスープ		とりにく とうふ	にんじん だいこん しめじ ねぎ	中華だし 塩			あぶら ごまあぶら	ふたにく とうふ にぼしこ みそ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	かつおさばだし		
9月	くだもの		くだもの			16%	⑮ 木	れいとうみかん		みかん			17%
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					614	⑯ 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
1木	トマトカレーライス	こめ				22.3	⑯ 金			ごはん	こめ	ごはん	
	こんにゃくいりかいそうサラダ	あぶら バター こむぎこ	ふたにく	たまねぎ にんにく しょうが にんじん トマト すりおろしりんご いためたまねぎ	カレー粉 ウスターソース 塩 こしょう スープストック ガラムマサラ 白ワイン			じゃがいも でんぷん あぶら さとう	ふたにく	ピーマン しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ	しょうゆ 中華だし ケチャップ 酢 こしょう		
2金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			623	⑰ 火	わかめスープ	こま	わかめ とうふ うずらたまご	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	18%
	ライスボールパン	ライスボールパン						24.2	⑰ 火	チーズ		チーズ	
5月	きのこスパゲティ	スライスバター	ベーコン	たまねぎ にんにく しょうが にんじん トマト	スープストック しょうゆ 塩 こしょう	24.2	⑰ 火			なめこおろしうどん	じこなうどん	なめこおろしうどん	
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット	マッシュルーム エリンギ にんにく パセリ				こむぎこ さつまいも あぶら さとう こま	とりにく あぶらあげ	なめこ だいこん にんじん こまつな ねぎ	かつおだし しょうゆ みりん		
1木	イタリアンサラダ		キャベツ きゅうり あかパプリカ コーン		ドレッシング	16%	⑰ 火	さつまいもとだいずのあまからあげ	こむぎこ さつまいも あぶら さとう こま	だいず			15%
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					597	⑱ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
5月	パエリア	こめ バター あぶら	シーフードミックス (えび・いか・ほたて・たこ) あさり	にんじん たまねぎ さやいんげん	ターメリック 塩 こしょう スープストック	24.5	⑱ 水			ごはん	こめ	ごはん	
	オムレツ		オムレツ					あぶら さとう	あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん ほししいたけ	酒 しょうゆ		
6月	なつやさいスープ	マカロニ オリーブオイル	ベーコン	にんじん なす スズキニ ピーマン にんにく トマト	ケチャップ スープストック 塩 こしょう	16%	⑱ 水	あいししょうじ	じゃがいも あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう とうふ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ	かつおさばだし こしょう	18%
	れいとうみかん		みかん					ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	
⑥ 火	いなかうどん	じこなうどん				703	⑳ 木	こぎつねずし	こめ さとう あぶら こま	とりにく あぶらあげ	にんじん	塩 酢 しょうゆ 酒	616
	にんじんしりしり (沖縄県の郷土料理)	ごまあぶら さとう	まぐろみずに	にんじん				あぶら さとう	いかでんぷんつき	しょうが	酒 しょうゆ		
7月	ことうむしパン	ホットケーキミックスに バター くらざとう	くらまめ ぎゅうにゅう			16%	⑳ 木	なすのみそしる	じゃがいも	みそ	なす たまねぎ くだもの	かつおさばだし	18%
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					605	㉑ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
⑦ 水	ひきにくともやしのあなかけどん	こめ				28.5	㉑ 水			コスタリカライス	こめ	コスタリカライス	
	チンゲンサイのスープ	さとう あぶら ごまあぶら でんぷん	ふたにく	しょうが にんにく もやし ピーマン あかパプリカ	豆板醤 しょうゆ 塩 酒			オリーブオイル でんぷん	とりにく だいず	たまねぎ マッシュルーム あかパプリカ きパプリカ	ケチャップ 中濃ソース しょうゆ 塩 デミグラスソース スープストック		
8月	ハニービーナッツ	ごまあぶら	ベーコン うずらたまご	にんじん チンゲンサイ ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう	19%	㉑ 水	あじつきござかな	あぶら じゃがいも	ウインナー	キャベツ たまねぎ エリンギ	スープストック 塩 こしょう	18%
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					611	㉒ 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
⑧ 木	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン				33.1	㉒ 火			ごはん	こめ	ごはん	
	とりにくのパプリカージュ	あぶら	とりにく なまクリーム	マッシュルーム たまねぎ トマト ピーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン			あぶら さとう でんぷん	ハンバーグ	たまねぎ えのきたけ ほししいたけ エリンギ しょうが	酒 みりん しょうゆ		
9月	ごふきいも	じゃがいも				22%	㉒ 火	ポテトきんぴら	あぶら じゃがいも さとう ごま	ベーコン	にんじん ピーマン	しょうゆ コンソメ 唐辛子	16%
	ウインナーとレンズまめのスープ		ウインナー レンズまめ	にんじん たまねぎ コーン	コンソメ 塩 こしょう			とうふ わかめ みそ	ねぎ だいこん	かつおさばだし			
⑨ 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			639	㉓ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			641
	ごはん(こうのとりでんせつまい)	こめ						24.8	㉓ 水	おさかなナッツ	あぶら じゃがいも さとう カシューナッツ	ホキでんぷんつき	
12月	さばのしおやき	あぶら さとう さといも でんぷん	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ	16%	㉓ 水			ワンタンスープ	ワンタンのかわ ごまあぶら	ふたにく	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが
	さといものそばろに	だまこもち	あさり	だいこん にんじん えのきたけ こまつな ねぎ	かつおさばだし しょうゆ 塩			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
⑩ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			599	㉔ 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			597
	しよくパン	しよくパン						28.8	㉔ 木	くりごはん	こめ くり あぶら さとう ごま	あぶらあげ	
⑬ 火	いちごジャム					19%	㉔ 木			あつやきたまごのおろしかけ	あつやきたまご	だいいん	
	チリコンカン	あぶら	ふたにく だいず	たまねぎ にんじん にんにく	赤ワイン トマトソース ケチャップ 塩 ウスターソース こしょう オレガノ チリパウダー			じゃがいも あぶら	ふたにく とうふ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	かつおさばだし		
⑬ 火	コーンサラダ		キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	613	⑬ 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			588
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					27.8	⑬ 火	ピザトースト	しょうパン あぶら	ハム チーズ	
⑭ 水	やさいラーメン	あぶら ごま	ふたにく うずらたまご あさり	にんにく にんじん にら キャベツ もやし ほししいたけ ねぎ	パイタン 中華だし 塩 こしょう	18%	⑬ 火			いろいろやさいスープ	じゃがいも	にくだんご	たまねぎ キャベツ きパプリカ にんじん パセリ
	えびとポテトのからあげ	じゃがいも あぶら	こえびのからあげ	ミニトマト	塩 こしょう			かこうデザート	かこうデザート				
⑭ 水	ミニトマト(2こ)		ミニトマト			666	⑭ 水	かこうデザート	かこうデザート				26.3g(16.9%)
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					24.8	⑭ 水	さつまいも	さつまいも	さつまいも	
⑭ 水	さんまのかばやき	あぶら さとう	さんまでんぷんつき	もやし こまつな えのきたけ	酒 しょうゆ	24.8	⑭ 水			しょうゆ		しょうゆ	
	もやしとこまつなのおひたし							かつおさばだし 唐辛子粉					

○印は、はしを持って帰る日です  
忘れずに持ってきましょう

給食回数 21回

学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal

たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%

8・9月平均摂取量 622 kcal

26.3g(16.9%)

\* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

【肉・青果等の産地(令和4年度7月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。

豚肉: 鶏肉: にんじん: たまねぎ: じゃがいも: ねぎ: キャベツ: きゅうり: おくら: ゴーヤ: もやし: ごぼう: トマト:

9月10日(土)の十五夜にちなみ、前日の9日(金)は十五夜献立です★

