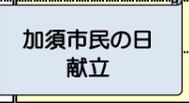


3月給食予定献立表



日 曜	献 立 名	おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄 養 価	
		おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
2 月	酢めし	米				756	26.0
	牛乳		牛乳		乳		
	菜の花のすまし汁		花型かまぼこ	だいこん にんじん たけのこ なのはな ねぎ	大豆 小麦		
	豆腐ハンバーグの照り焼きソースがけ	さとう でんぶん	豆腐ハンバーグ		大豆 鶏肉 豚肉 小麦		
	五目ちらし寿司の具	油 さとう ごま	鶏肉	干しいたけ にんじん れんこん こんにやく えだまめ	鶏肉 小麦 大豆 ごま		
	ひなあられ	ひなあられ					
3 火	食パン	食パン			小麦 大豆	848	25.9
	チョコクリーム	チョコクリーム			乳 大豆		
	牛乳		牛乳		乳		
	木甘坊ともち麦のミネストローネ	油 さとう もち麦	鶏肉	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ しめじ トマト	鶏肉 小麦 大豆 豚肉		
	かぼちゃひき肉フライ	油	かぼちゃひき肉フライ		豚肉 小麦 大豆 りんご		
	花野菜サラダ	コールスロードレッシング		とうもろこし きゅうり ブロッコリー カリフラワー			
4 水	ご飯	米				792	26.5
	牛乳		牛乳		乳		
	もずくのみそ汁		もずく 豆腐 油揚げ みそ	だいこん ほうれんそう ねぎ もやし	大豆		
	ちくわのかりん揚げ2個	小麦粉 油 さとう	ちくわ		小麦 大豆		
	にんじんしりしり	油 ごま ごま油	まぐろ油漬け 卵	にんじん	小麦 大豆 卵 ごま		
5 木	中華めん	中華麺			小麦	769	32.0
	牛乳		牛乳		乳		
	長崎ちゃんぽん汁	油 ごま	豚肉 さつま揚げ かまぼこ	しょうが にんにく 干しいたけ にんじん キャベツ もやし ねぎ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま ゼラチン		
	ポークしゅうまい2個		ポークしゅうまい		小麦 豚肉		
	はちみつレモンゼリーポンチ	ナタデココ はちみつレモンゼリー		もも みかん パイナップル	もも		
6 金	ご飯	米				758	29.4
	牛乳		牛乳		乳		
	肉団子入り中華スープ	はるさめ	鶏肉団子	だいこん にんじん はくさい ねぎ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 ごま		
	厚焼きたまご		厚焼きたまご		卵 大豆 さば		
	みそだれ焼き肉	油 さとう ごま油	豚肉 大豆ミート みそ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ こんにやく しめじ ほうれんそう	豚肉 小麦 大豆 ごま		
9 月	わかめご飯	米	わかめ			828	29.3
	牛乳		牛乳		乳		
	お祝いかきたま汁	でんぶん	豆腐 なんと 卵	たまねぎ ほうれんそう	小麦 大豆 卵		
	鶏のから揚げ	でんぶん 油	鶏肉生姜醤油漬け		鶏肉 小麦 大豆		
	もやしのナムル	ナムルドレッシング		もやし にんじん きゅうり	鶏肉 豚肉 小麦 大豆 ごま		
	お祝いデザート	いちごのレアチーズ風デザート			大豆 ゼラチン		
10 火	ご飯	米				887	27.7
	ジョアマスカット		ジョアマスカット		乳		
	加須産大豆のキーマカレー	油 カレールウ	豚肉 大豆 大豆ミート 豆乳	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト ほうれんそう りんご	豚肉 大豆 鶏肉 小麦 りんご		
	こいのぼりコロッケ	油 ポテトコロッケ			小麦		
	きゅうりとキクラゲのサラダ	和風ドレッシング		もやし とうもろこし きゅうり きくらげ こんにやく			
11 水	バターコッペパン	バターコッペパン			小麦 大豆 乳	793	29.6
	牛乳		牛乳		乳		
	野菜たっぷりコンソメスープ	じゃがいも	鶏肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー とうもろこし	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
	ミートオムレツ		ミートオムレツ		卵 大豆 小麦 乳 鶏肉 豚肉		
	焼きそば	油 中華麺	青のり 豚肉	にんじん もやし キャベツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご		
12 木	ご飯	米				803	28.1
	牛乳		牛乳		乳		
	煮干し入りわかめのみそ汁		わかめ みそ にぼし粉	だいこん にんじん もやし キャベツ ねぎ	大豆		
	揚げ鶏のレモンソースがけ	でんぶん 油 さとう	鶏肉	たまねぎ レモン果汁	鶏肉 小麦 大豆		
	小松菜の煮浸し	さとう	油揚げ	にんじん こまつな えのきだけ	大豆 小麦		



13	金	ご飯	米					793	34.0
		牛乳		牛乳			乳		
		みぞれ汁		鶏肉 豆腐	にんじん はくさい こんにやく 干しいたけ だいこん ほうれんそう	鶏肉 小麦 大豆			
		さわらのみそだれかけ	さとう でんぶん	さわら塩麹漬け みそ	しょうが	大豆			
		じゃがいものそぼろ煮	油 じゃがいも さとう でんぶん	豚肉	にんじん たまねぎ グリンピース	豚肉 小麦 大豆			
16	月	クロワッサン	クロワッサン				小麦 大豆 乳	820	29.4
		ジョアプレーン		ジョアプレーン			乳		
		マカロニのひりひり煮	油 マカロニ ベシヤメルルウ	鶏肉 牛乳 チーズ	にんにく にんじん たまねぎ しめじ	鶏肉 豚肉 大豆 ごま 乳 小麦			
		鮭マヨフライ		鮭マヨフライ			小麦 大豆 さけ 卵 ゼラチン		
		コーンとえだまめのサラダ	サウザンドレッシング		キャベツ もやし えだまめ とうもろこし				
17	火	ご飯	米					769	28.9
		牛乳		牛乳			乳		
		小松菜と厚揚げのみそ汁		生揚げ みそ	にんじん だいこん こまつな ねぎ	大豆			
		ハンバーグの玉ねぎソースがけ	油 さとう でんぶん	ハンバーグ	たまねぎ にんにく	豚肉 鶏肉 大豆 小麦			
		ビーフン炒め	ビーフン ごま油	豚肉	にんじん たまねぎ もやし 干しいたけ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま			
18	水	ご飯	米					812	32.1
		牛乳		牛乳			乳		
		浮野みその豚汁	じゃがいも	豚肉 豆腐 浮野みそ にぼし粉	ごぼう にんじん たまねぎ だいこん こんにやく	豚肉 大豆			
		あじの南蛮づけ	油 ごま油 さとう	アジでん粉付き	ねぎ にんにく	ごま 小麦 大豆			
		野菜のごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう もやし きゅうり	小麦 大豆 ごま			
19	木	ご飯	米					818	29.6
		牛乳		牛乳			乳		
		五目マーボー豆腐	油 さとう でんぶん	豚肉 みそ 豆腐	しょうが にんにく にんじん たまねぎ はくさい	豚肉 鶏肉 小麦 大豆 ゼラチン			
		焼きぎょうざ2個		ぎょうざ		豚肉 鶏肉 小麦 大豆			
		春雨サラダ	はるさめ 中華ドレッシング		こまつな もやし きゅうり とうもろこし	豚肉 小麦 大豆 ごま			
23	月	コッペパンスライス	コッペパン				小麦 大豆	766	34.3
		牛乳		牛乳			乳		
		アルファベットスープ	じゃがいも マカロニ	鶏肉	にんじん たまねぎ キャベツ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦			
		焼きフランクフルト		フランクフルト		豚肉			
		チリコンカン	油 さとう	大豆 ひよこ豆 大豆ミート 豚肉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト	鶏肉 豚肉 小麦 大豆 りんご			

※ アレルギ-表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

15回	平均栄養量	801	29.5
	基準栄養量	830	26.9~41.5

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※ ○印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。

※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。

※ 今年度より、一部のパンについて、乳不使用となりました。献立表の「アレルゲン物質該当原材料名」でご確認ください。

※ 今月の地場産物は【米、大豆、浮野みそ、ふるさと味噌、みつかみそ、きゅうり、ねぎ、白菜、生きクラゲ、木甘坊】です。

3月のご飯は
加須産コシヒカリ
を使用しています。



TM こいのぼりマン

卒業生の皆さんへ

中学3年生のみなさんにとって、3月は9年間（幼稚園から数えると、12年間！）の給食の最後の月となります。

みなさんの思い出に残っている献立はなんですか？「あの献立が好きだった」「苦手なものも食べられるようになった」など、友達や先生方と過ごした給食の時間の思い出も大切にしてください。

これからは、自分自身で選んで食べる機会が増えていきます。「何をどう食べたらいいのかな？」と迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。「健康な体は1日にしてならず」。今、食べている食事は、「未来の自分」をつくるための重要な土台となります。

みなさんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

ご卒業おめでとうございます！



加須市民の日献立

市民の日は、ふるさとを愛する心を育み、魅力ある加須市を将来にわたって創っていくことを願う日として、3月23日に制定されました。給食では、中学校は10日、幼稚園と小学校は13日に市内統一献立として提供し、一足先にお祝いします。

加須市民の日献立は、加須市の食材をたくさん使った献立です。キーマカレーには、市内でとれた『大豆』をたっぷり使用しています。サラダに入っている『きゅうり』と『さくらげ』も市内で採れたものです。さらにコロッケには、「笑うかそには福来る」のかわいいこいのぼりのマークがプリントされています。みなさん、楽しみにしててくださいね。



給食予定献立表は
加須市のHPでも
ご覧いただけます
レシピも掲載しています
学校給食課のページはこちら⇒

