

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	しょくパン	食パン			小麦 大豆	673	20.8
	チョコクリーム	チョコクリーム			乳 大豆		
	牛乳		牛乳		乳		
	きかんぼうともちむぎのミネストローネ	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		
	かぼちゃひきにくフライ	油	かぼちゃひき肉フライ		豚肉 小麦 大豆 りんご		
	はなやさいサラダ	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			
3 火	すめし	米				628	22.1
	牛乳		牛乳		乳		
	なのはなのすましじる		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		
	とうふハンバーグのてりやきソースがけ	さとう でんぷん	豆腐ハンバーグ		大豆 鶏肉 豚肉 小麦		
	ごもくちらしずしのぐ	油 さとう ごま	鶏肉	干しいたけ にんじん れんこん こんにゃく えだまめ	鶏肉 小麦 大豆 ごま		
	ひなあられ	ひなあられ					
4 水	ごはん	米				668	24.3
	牛乳		牛乳		乳		
	ごもくマーボーどうふ	油 さとう でんぷん	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		
	やきぎょうざ2こ		ぎょうざ		豚肉 鶏肉 小麦 大豆		
	はるさめサラダ	はるさめ 中華レッシング		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		
5 木	ごはん	米				650	23.6
	牛乳		牛乳		乳		
	にぼしいりわかめのみそしる		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		
	あげどりのレモンソースがけ	でんぷん 油 さとう	鶏肉	たまねぎ レモン果汁	鶏肉 小麦 大豆		
	こまつなのびたし	さとう	油揚げ	にんじん こまつな えのきだけ	大豆 小麦		
6 金	ごはん	米				652	28.2
	牛乳		牛乳		乳		
	みぞれじる		鶏肉 豆腐	にんじん はくさい こんにゃく 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 でんぷん	さわら塩麹漬け みそ	しょうが	大豆		
	じゃがいものそぼろに	油 じゃがいも さとう でんぷん	豚肉	にんじん たまねぎ グリンピース	豚肉 小麦 大豆		
9 月	コッペパンスライス	コッペパン			小麦 大豆	601	27.4
	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		
	やきフランクフルト		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		
10 火	ごはん	米				632	24.9
	牛乳		牛乳		乳		
	にくだんごいりちゅうかスープ	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		
	あつやきたまご		厚焼きたまご		卵 大豆 さば		
11 水	みそだれやきにく	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 こんにゃく しめじ ほうれんそう	豚肉 小麦 大豆 ごま	654	26.5
	ごはん	米					
	牛乳		牛乳		乳		
	うきのみそのとんじる	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 こんにゃく	豚肉 大豆		
12 木	あじのなんばんづけ	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	632	26.0
	やさいのごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう もやし きゅうり	小麦 大豆 ごま		
	ちゅうかめん	中華麺			小麦		
	牛乳		牛乳		乳		
12 木	ながさきちゃんぼんじる	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	632	26.0
	ポークしゅうまい2こ		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		

13	金	ごはん	米											
		ジョアマスクット			ジョアマスクット				乳					
		かぞさんだいのキーマカレー	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		713	23.1		
		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 こんにゃく					
16	月	ごはん	米											
		牛乳			牛乳				乳					
		こまつなとあつあげのみそしる			生揚げ みそ	にんじん だいこん こまつな ねぎ			大豆		638	24.2		
		ハンバーグのたまねぎソースがけ	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					
		ビーフンいため	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					
17	火	わかめごはん	米		わかめ									
		牛乳			牛乳				乳					
		おいわいかきたまじる		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					
		とりのからあげ		でんぶん 油	鶏肉生姜醤油漬				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				
		おいわいデザート		いちごのレアチーズ風デザート					大豆 ゼラチン					
18	水	バターコッペパン		バターコッペパン					小麦 大豆 乳					
		牛乳			牛乳				乳					
		やさい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					
		やきそば	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					
19	木	ごはん	米											
		牛乳			牛乳				乳					
		もずくのみそしる			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					
		ちくわのかりんあげ		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 卵	にんじん			小麦 大豆 卵 ごま					
23	月	クロワッサン		クロワッサン					小麦 大豆 乳					
		ジョアプレーン			ジョアプレーン				乳					
		マカロニのひりひりに	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					
		さけマヨフライ			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							

※ 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	651	24.4
	基準栄養量	650	21.2~32.5

※ 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「アレルゲン物資該当原材料名」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、生キクラゲ、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

初めて給食を食べた日のことを覚えていますか？苦手だった食べ物は、いくつ食べられるようになりましたか？思い出に残っている献立はなんですか？友達や先生方と過ごした給食の時間は、学校生活のかけがえのない思い出の一つになっていることでしょう。

加須市の給食は、小学校も中学校も同じ給食センターで作っています。そのため、材料や味付けが大きく変わることはありませんが、量は変わります。これは、体の成長に必要な分だけでなく、部活動などの身体的活動量も増えるからです。自分の健康のために、しっかり食べるようにしましょう。

私たちはこれからも給食を通して、みなさんが元気で活躍できるように応援しています。

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、一先にお祝いをします。

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『きくらげ』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、楽しみにしていてくださいね。



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 ⇒

