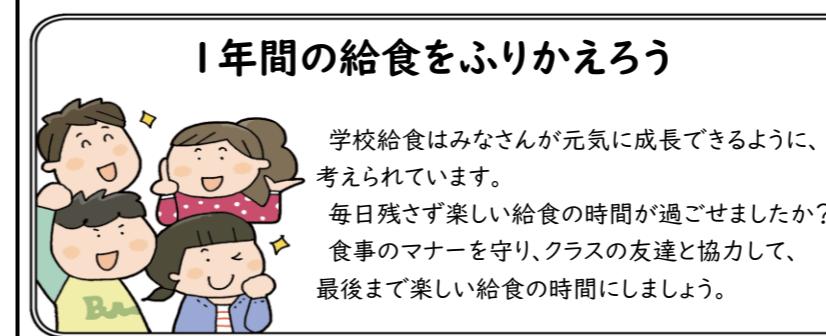


3月分		小学校給食予定献立表(広田小学校)				鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		エネルギーのものとなる(黄)	体をつくるものとなる(赤)	体の調子を整えるものとなる(緑)	調味料	
1 金	牛乳		牛乳			677
	ちらし寿司	米 砂糖 ごま	油揚げ えび	にんじん 干しいたけ れんこん さやいんげん	塩 酢 酒 しょうゆ	
			錦糸卵			
	さわらの西京焼き		さわらの西京漬け			
	すまし汁	さといも	豆腐 あさり かまぼこ	ねぎ にんじん えのきたけ	かつおだし しょうゆ 塩	
4 月	ひなまつりケーキ	ひなまつりケーキ				30.7
	牛乳		牛乳			
	キムチチャーハン	米 ごま油 油	豚肉	にんじん にら 玉ねぎ はくさいキムチ	塩 中華だし 酒 しょうゆ	
	職員 リクエスト	カレイのレモン風味	油 砂糖	カレイの竜田揚げ	レモン果汁	
	トックスープ	トック ごま油	鶏肉 ほたて	にんじん エリンギ にら ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう	
5 火	牛乳		牛乳			601
	ごはん	米				
	照り焼き豆腐ハンバーグ	ごま油 パン粉 砂糖 でんぶん	豆腐 豚肉 卵	玉ねぎ	しょうゆ 塩 こしょう みりん	
	きんぴらごぼう	油 ごま油 砂糖 ごま		ごぼう にんじん	しょうゆ	
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ	かつおだし	
6 水	牛乳		牛乳			680
	ライスボールパン	ライスボールパン				
	春キャベツのペペロンチーノ	スペゲティ オリーブオイル	ベーコン チーズ	にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ パセリ	唐辛子粉 白ワイン スープストック 塩 こしょう	
	チキンナゲット(低1c・高2c)		チキンナゲット			
	かぶとコーンの塩バタースープ	バター	ワインナー	コーン にんじん 玉ねぎ	チキンガラスープ 塩 黒こしょう	
7 木	ミルクコーヒー		ミルクコーヒー			588
	キャロットピラフの ホワイトソースかけ	米 油	鶏肉	セロリ 玉ねぎ にんじん にんじんペースト	塩 こしょう	
		油 ホワイトルウ バター	ベーコン 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ マッシュルーム パセリ	塩 こしょう	
	こんにゃく入り海藻サラダ			海藻ミックス(わかめ・こんぶ・茎わかめ・白とさかのり・青とさかのり・赤とさかのり)	サラダこんにゃく キャベツ コーン	
					ドレッシング	
8 金	牛乳		牛乳			657
	卵とうどん	地粉うどん				
		でんぶん	鶏肉 なると 卵	にんじん 干しいたけ ねぎ こまつな	かつおだし しょうゆ みりん	
	ちくわの磯辺揚げ(低1c・高2c)	小麦粉 油	ちくわ 青のり			
	清見オレンジ			清見オレンジ		
11 月	牛乳		牛乳			672
	ごはん	米				
	さわらのマヨコーン焼き	ソンエッグマヨネーズ じゃがいも	さわら チーズ	コーン 玉ねぎ	塩 こしょう	
	春キャベツとベーコンの炒めもの	油	ベーコン	キャベツ	塩 こしょう コンソメ	
	チンゲンサイのピリ辛スープ	油	豚肉 豆腐 みそ	にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ ねぎ にら にんにく	こしょう コンソメ しょうゆ 豆板醤	
12 火	でこぽん			でこぽん		17%
	牛乳		牛乳			
	ごはん(こうのとり伝説米)	米				
	あじのすだちしょうゆ焼き		あじのすだちしょうゆ漬け			
	肉じゃが	油 じゃがいも 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ しらたき さやいんげん	しょうゆ みりん 塩	
	かぶのみそ汁		油揚げ みそ 豆腐	かぶ かぶの葉	かつおだし	18%

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		エネルギーのものとなる(黄)	体をつくるものとなる(赤)	体の調子を整えるものとなる(緑)	調味料	
13 水	牛乳		牛乳			592
	フレンチトースト	食パン 砂糖 はちみつ グラニュー糖	牛乳 卵			
	春野菜のポトフ	じゃがいも	豚肉 ウインナー	玉ねぎ かぶ にんじん キャベツ セロリ しめじ	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	
	わかめサラダ	油 砂糖	わかめ	きゅうり コーン 玉ねぎ	酢 塩 こしょう	
	牛乳		牛乳			
14 木	ソイ丼	米				655
		油 砂糖	大豆 豚肉 ベーコン	にんじん しゅんぎく	カレールウ しょうゆ みりん	
	塩こうじ鶏のスタミナスープ	油	鶏肉	はくさい にんじん にんにく しめじ ねぎ にら	塩こうじ 中華だし 酒 塩 こしょう	
	ピーチゼリー				ピーチゼリー	
	牛乳		牛乳			
15 金	ホット中華めん					599
	コーンみそラーメン	油 ごま油	豚肉 みそ	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ もやし ねぎ コーン	しょうゆ 中華だし パイタン こしょう	
	チーズ入りチヂミ	小麦粉 米粉 ごま油 砂糖	卵 いか チーズ	にら	酢 しょうゆ	
	いちご(2c)				いちご	
	牛乳		牛乳			
18 月	山型食パン	山型食パン				588
	みかんジャム	みかんジャム				
	ほたてグラタン	油 ベシャメルソース	ほたて 牛乳 チーズ	玉ねぎ マッシュルーム	白ワイン 塩 こしょう	
	ボイルブロッコリー				ブロッコリー	
	ベジタブルスープ	油 じゃがいも	ワインナー 白いんげん豆	キャベツ 玉ねぎ しめじ	スープストック 塩 こしょう	
19 火	牛乳		牛乳			686
	米 米粒麦					
	カレーライス	じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご こしょう 塩 カレールウ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩 カレールウ	
	春色フルーツポンチ	白玉だんご 寒天		りんご パイン みかん		
	牛乳		牛乳			
21 木	赤飯	米 もち米 ごま	あずき		塩	634
	クリスピーチキン		クリスピーチキン			
	こまつなのおひたし			こまつな もやし えのきたけ	しょうゆ かつおだし	
	豆腐とわかめのみそ汁	じゃがいも	わかめ 豆腐 みそ	ねぎ	かつおだし	
	お祝いケーキ	お祝いケーキ				
はしは毎日 忘れずに持ってきましょう	給食回数	学校給食摂取基準	エネルギー 650 kcal	3月平均摂取量 640 kcal		
	14回		たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	27.3g(17.1%)		
* 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5年度2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:鴻巣 鶏肉:青森 にんじん:鴻巣、北本、埼玉 玉ねぎ:北海道 じゃがいも:北本、北海道 だいこん:広田小、鴻巣 ねぎ:鴻巣 キャベツ:北本、群馬、千葉 こまつな:埼玉、茨城 さといも:鴻巣 ほうれんそう:埼玉、群馬 はくさい:鴻巣						
3月の献立より 14日(木) ソイ丼						
ソイとは大豆のことです。大豆をたくさん使いますが、カレー味なので、もりもり食べられます。						
18日(月) ほたてグラタン						
3月も北海道より学校給食向けに、ほたてを無償で提供していただきます。うまみたっぷりのほたてをお楽しみに。						



学校給食はみんなが元気に成長できるように、
考えられています。
毎日残さず楽しい給食の時間が過ごせましたか?
食事のマナーを守り、クラスの友達と協力して、
最後まで楽しい給食の時間にしましょう。

