

3月予定献立表(Aコース)



(給食回数14回)

久喜市教育委員会
全農食品久喜事業所

平成28年度

日付 (曜日)	献立		血・肉・骨となるもの (あか)	熱や力となるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)		
	主食	おかず				小学生	中学生	
1日 (水)	中華めん	みそバターコーンラーメン えびしゅうまい 昆布と野菜の和え物(和風ごまドレッシング)	牛乳、豚肉、みそ えび、たら 昆布	中華麺、油、三温糖、ごま油、バター でん粉、砂糖、えび油、小麦粉 ドレッシング	とうもろこし、キャベツ、もやし、人参、にら、ねぎ 玉ねぎ 大根、人参、きゅうり、ほうれん草	685 28.1	802 32.0	
2日 (木)	酢飯 チューブ入り納豆	★いかの竜田揚げ かきたま汁 手巻きのり おひたし(かつお節・しょうゆ) 桃のゼリー	牛乳、納豆、いか 鶏卵、豆腐 海苔 かつお節	米、三温糖、でん粉、油 でん粉 桃のゼリー	生姜 人参、玉ねぎ、ねぎ ほうれん草、キャベツ、もやし、とうもろこし	642 26.7	784 30.7	
3日 (金)	ごはん	いわしの甘露煮 回鍋肉(ホイコーロウ) 中華風スープ	牛乳、いわし 豚肉、甜面醬、豆板醬、みそ 豆腐	米、三温糖、でん粉 油、三温糖、でん粉 でん粉、ごま油	生姜 キャベツ、たけのこ、人参、ピーマン、ねぎ ねぎ、チンゲンサイ、とうもろこし、人参	617 26.7	754 30.7	
6日 (月)	赤飯 ごま塩	えびカツ(ソース) 筑前煮 紅白はんぺんのすまし汁 お祝いデザート	牛乳、えび 鶏肉、竹輪 豆腐、はんぺん	米、もち米、ささげ、ごま、パン粉、小麦粉、でん粉 油、三温糖 お祝いデザート	たけのこ、人参、こんにやく、ごぼう、蓮根、椎茸 ほうれん草、エノキダケ、人参、ねぎ	653 26.7	828 32.9	
7日 (火)	バーガー パン	◆ミラノ風カツカツ(レモン果汁) サラダ(イタリアンドレッシング) ミネストローネ	牛乳、鶏肉、鶏卵、チーズ ベーコン	パン、小麦粉、パン粉、油、バター ドレッシング ミックス豆、オリーブ油、じゃが芋、三温糖	パセリ、レモン キャベツ、もやし、きゅうり、パプリカ、人参 玉ねぎ、トマト、人参、セロリ、にんにく	645 28.3	739 31.2	
8日 (水)	中華めん	どんこつラーメン たこ焼き(ソース) 野菜の中華和え(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉、かまぼこ、みそ たこ、鶏卵	中華麺、油、ごま 小麦粉、でん粉、砂糖 ドレッシング	もやし、きくらげ、ねぎ、にんにく、生姜 キャベツ、ねぎ、生姜 小松菜、キャベツ、人参、きゅうり	630 26.0	788 32.2	
9日 (木)	玄米ごはん	ほうれん草しゅうまい チキンカレー サラダ(青じそドレッシング)	牛乳、豚肉 鶏肉、脱脂粉乳	米、玄米、パン粉、でん粉、砂糖、小麦粉 じゃが芋 春雨	玉ねぎ、ほうれん草、生姜 玉ねぎ、人参、りんご、にんにく、生姜 キャベツ、もやし、きゅうり、人参	770 28.4	974 38.3	
10日 (金)	ごはん	肉団子の甘酢あん 肉じゃが みそ汁	牛乳、鶏肉 豚肉 みそ、ワカメ、油揚げ	米、砂糖、パン粉、ごま油、でん粉 油、じゃが芋、三温糖	玉ねぎ 人参、玉ねぎ、糸こんにやく、枝豆 キャベツ、人参、ねぎ、小松菜	627 22.5	786 28.3	
13日 (月)	ごはん	笹かまぼこの磯辺天ぷら おひたし(かつお節・しょうゆ) 仙台芋煮	牛乳、たら、あおさ粉 かつお節 豚肉、豆腐、みそ	米、小麦粉、油、でん粉、砂糖 油、里芋	小松菜、キャベツ、人参、もやし 白菜、ごぼう、しめじ、こんにやく、人参、ねぎ	592 24.5	731 27.8	
14日 (火)	バーガー パン	白身魚ポーションフライ(タルタルソース) 海藻サラダ(棒々鶏ドレッシング) 春野菜のスープ	牛乳、ホキ 海藻	パン、油、パン粉、小麦粉、でん粉、タルタルソース ドレッシング	キャベツ、人参、もやし、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、人参、たけのこ、菜の花	650 26.0	807 31.6	
15日 (水)	ゆで うどん	五目京風うどん 厚焼卵 ★アーモンドフィッシュ キャベツのおひたし(刻みのり・しょうゆ)	牛乳、鶏肉、ワカメ、かまぼこ、油揚げ 鶏卵 いわし 海苔	うどん、油、三温糖 砂糖、でん粉、油 アーモンド、砂糖、ごま	人参、ねぎ、椎茸、エノキダケ キャベツ、人参、もやし、ほうれん草	612 27.8	742 32.8	
16日 (木)	ごはん	さばの香味焼き ★切干し大根の含め煮 なめこ汁	牛乳、さば ひじき、油揚げ 豆腐、みそ	米、砂糖 三温糖	生姜、にんにく 切干大根、人参、糸こんにやく、枝豆 なめこ、大根、ねぎ	617 28.0	816 34.1	
17日 (金)	ごはん	ブルコギ 野菜のナムル(韓国ナムルドレッシング) わかめスープ	牛乳、豚肉、コチジャン ワカメ	米、油、三温糖、ごま油 ドレッシング 春雨、でん粉、ごま油	玉ねぎ、人参、にら、りんご、にんにく、生姜 ほうれん草、キャベツ、もやし、人参 とうもろこし、ねぎ、チンゲンサイ	598 25.4	753 30.7	
20日 (月)	春分の日							
21日 (火)	バーガー パン	チキンピカタ(トマトケチャップ) サラダ(フレンチドレッシング) コーンチャウダー	牛乳、鶏肉、鶏卵 あさり、ベーコン、脱脂粉乳、生クリーム	パン、砂糖、小麦粉、でん粉、油 ドレッシング じゃが芋、油、ホワイトルウ	キャベツ、きゅうり、人参、パプリカ、小松菜 とうもろこし、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、パセリ	633 27.5	782 36.0	
						3月平均栄養摂取量	641 26.6	792 32.1

○印は「久喜市内統一メニュー」です

◆印は「新メニュー」です

○2日【行事食(桃の節句<ひなまつり>)】 ○6日【教科関連献立(学校行事<卒業祝い>)】

★印は「カミカミ献立」です

○7日【国際メニューの日(イタリア)】 ○13日【郷土料理の日(宮城<東日本大震災を忘れない>)】 ○16日【食べ物の日(さ

平成28年度 学校給食使用食材の産地(久喜地区小中学校給食)

3月(予定)

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
主食	米 埼玉(久喜市産米)	厚削り 静岡	チンゲンサイ 茨城	しょうが 鹿児島、高知	切干大根 宮崎	パン 埼玉、アメリカ、カナダ	煮干し 千葉、茨城	にんにく 青森	きくらげ 熊本
	麺 埼玉、アメリカ、カナダ	あさり 熊本	玉ねぎ 北海道	にら 茨城	干しいたけ 宮崎、大分	牛乳 埼玉、栃木、北海道など	いか ベルー	にんじん 茨城	ひじき 韓国
牛乳	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。	さば ノルウェー	ほうれん草 久喜、茨城	パセリ 千葉、茨城	カットわかめ 韓国	魚介類	いわし ベルー	ピーマン 茨城	
卵	青森、群馬、茨城、栃木他	ホキ(ポーションフライ) ニューージーランド	れんこん 徳島、茨城	パプリカ 韓国		青果類	いか 茨城	パプリカ 韓国	
肉類	豚肉 千葉、青森、群馬、北海道	小松菜 久喜	ごぼう 茨城、青森	菜の花 千葉			いわし 茨城	パプリカ 韓国	
	鶏肉 青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎、千葉	長ねぎ 久喜	むき枝豆 インドネシア	えのき 長野			キャベツ 久喜	パプリカ 韓国	
		きゅうり 埼玉	セロリ 長野	なめこ 新潟			大根 久喜	マッシュルーム 茨城	
		キャベツ 久喜	さといも 宮崎	しめじ 長野					
		大根 久喜	もやし 栃木	マッシュルーム 茨城					
			じゃがいも 北海道						
			ホールコーン 北海道						
			筍水煮 愛媛						

※諸般の事情により、材料及献立を変更する場合があります