

日	曜日	献立名		食品の種類			エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	予定地場産物	
				血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群				
1	月	ごはん	牛乳	さばのしょうが焼き,たくあんサラダ 野菜椀	牛乳,さば(鯖)生姜醤油漬け,ハム, 生揚げ,みそ	ごはん,植物油,ごま,じゃがいも, こんにゃく	きざみたくあん,キャベツ,きゅうり,ごぼう, にんじん,だいこん,ねぎ	571	22.8	こめ ねぎ キャベツ きゅうり
2	火	きなこ揚げパン	牛乳	にぼうとう チーズサラダ	牛乳,きな粉,とり肉,チーズ,油揚 げ	コッペパン,砂糖,植物油,ひもか わ	ブロッコリー,キャベツ,きゅうり,レモン汁, にんじん,だいこん,はくさい,しめじ,ねぎ, こまつな	529	19.2	キャベツ きゅうり ねぎ ブロッコリー
3	水	ちらしずし (すめし)	牛乳	ちらし寿司の具,きざみのり わかさぎフリッター すまし汁	牛乳,とり肉,油揚げ,卵,のり かまぼこ,豆腐,わかめ わかさぎフリッター	酢めし,植物油,砂糖	ごぼう,にんじん,干しいたけ,さやえん どう れんこん,たまねぎ,こまつな	471	16.3	こめ
4	木	地粉うどん	牛乳	きのこうどん,みそポテト (2) ほうれんそうとひじきのサラダ	牛乳,ぶた肉,なると,油揚げ,みそ, ツナ,ひじき	地粉うどん,植物油,砂糖,小麦粉, じゃがいも	にんじん,干しいたけ,しめじ,なめこ,ね ぎ,こまつな,ほうれんそう,きゅうり,たま ねぎ	559	18.9	ねぎ きゅうり
5	金	ごはん	牛乳	ハヤシライス,オムレツ グリーンサラダ	牛乳,ぶた肉,チーズ,オムレツ	ごはん,植物油,じゃがいも,砂糖	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん, ブロッコリー,キャベツ,きゅうり,レモン汁	534	18.8	こめ キャベツ きゅうり ブロッコリー
8	月	ごはん	牛乳	さわらの西京焼き 切り干し大根の炒り煮,沢煮椀	牛乳,さわら(鱈)西京漬け,焼き 竹輪,油揚げ,ぶた肉,生揚げ	ごはん,植物油,でん粉,砂糖	にんじん,切干しだいこん,さやいんげん, ご ぼう,たけのこ,干しいたけ,糸みつば	506	23.6	こめ
9	火	はちみつパン	牛乳	とり肉のから揚げ,ツナとひじきのサラダ 花豆のポタージュ	牛乳,とり肉,ツナ,ひじき,白花豆 ペースト,クリーム	はちみつパン,でん粉,植物油, じゃがいも	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ, パセ リ	516	25.5	キャベツ きゅうり
11	木	中華めん	牛乳	ごまみそラーメン,海藻サラダ 卵ドーナツ	牛乳,ぶた肉,みそ	中華めん,植物油,ごま,砂糖,卵 ドーナツ	にんじん,しょうが,にんにく,たまねぎ,も やし,とうもろこし,ねぎ,にら,きゅうり, キャ ベツ	545	19.1	ねぎ キャベツ きゅうり
12	金	ごはん	ヨー ー牛乳	カレー,大豆とジャコの甘辛揚げ ハムと大根のサラダ	牛乳,ぶた肉,チーズ,大豆,ちりめ んじゃこ,ハム	ごはん,植物油,じゃがいも,砂糖, でん粉,ごま	にんにく,しょうが,にんじん,たまねぎ, ト マト缶,だいこん,きゅうり,キャベツ, レ モン汁	532	18.1	こめ キャベツ きゅうり
15	月	ごはん	牛乳	家常豆腐,春巻き ワンタンスープ	牛乳,ぶた肉,生揚げ,春巻き,とり 肉	ごはん,植物油,砂糖,でん粉,ワ ン タン	にんにく,しょうが,にんじん,たけのこ, 干 しいたけ,ねぎ,たまねぎ,もやし,こ まつ な	526	18.3	こめ ねぎ
16	火	メロンパン	牛乳	ソース焼きそば,焼きウィンナー フルーツポンチ	牛乳,ぶた肉,あおのり,さくらえ び,ウィンナー	スクールメロンパン,植物油,蒸し 中 華めん,ダイスゼリーオレンジ, ダ イスゼリーぶどう	たまねぎ,にんじん,キャベツ,もやし, み かん 缶,パイン缶,もも缶	582	19.1	キャベツ
17	水	ごはん	牛乳	チキンカツ,春雨サラダ みそ汁,すだちゼリー	牛乳,とり肉,卵,ハム,わかめ,油揚 げ,みそ	ごはん,小麦粉,パン粉,植物油,砂 糖, 春雨,すだちゼリー	きゅうり,キャベツ,にんじん,だいこん, こ まつ な,ねぎ	595	25.0	こめ ねぎ きゅうり キャベツ
22	月	ごはん	牛乳	レバー入りメンチカツ(ソース) 春野菜のごまマヨネーズ和え,小松菜のみそ汁	牛乳,レバー入りメンチカツ,糸か まぼこ,生揚げ,みそ	ごはん,植物油,ノンエッグマヨ ネ ーズ,砂糖,ごま	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ, え の きたけ,こまつな	523	20.9	こめ キャベツ きゅうり
23	火	黒パン	牛乳	チキン香味焼き ポイルサラダ(ドレッシング) 豆腐と野菜のコンソメスープ	牛乳,とり肉,チーズ,ぶた肉,豆腐	黒パン,植物油,パン粉,ドレッシ ン グ,じゃがいも	だいこん,キャベツ,にんじん,たまねぎ, こ まつ な	455	25.7	キャベツ
今月の地場産物		こめ		きゅうり	キャベツ	ねぎ	ブロッコリー	※材料入荷等の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。 ※給食に関係する行事については、園のおたよりで確認してください。		

献立紹介



3月はリクエスト給食

6年生の皆さんに卒業までにもう一度食べたい料理のアンケートをとり、得票数が多いものを献立に取り入れました。

地場産物きゅうり



11日<海藻サラダ>  
12日<ハムと大根のサラダ>

ふかや園芸協会(深谷市内の野菜農家を中心となった約600名のグループ)から無償でいただくきゅうりを使います。きゅうりの他にもねぎや、ブロッコリーなど様々な野菜を作っています。

きゅうりは、他の野菜に比べて水分が多く、独特の香りが特徴です。地元深谷で取れたきゅうりをおいしく食べてください。



17日 卒園お祝い献立

ばら組の皆さんは今年度最後の給食です。みんなと仲良く給食時間が過ごせましたか?この1年間で、給食をモリモリ食べて大きく成長してくれたらとてもうれしいです。今日は卒園お祝いの気持ちを込めてすだち(棠立ち)ゼリーにしました。1年間をふりかえりながら、味わって食べてください。