

| 令和7年度 3月分 | | 小学校給食予定献立表(〇〇小学校 Aコース) | | | 鴻巣市教育委員会 | |
|-----------|-------------------|------------------------|------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 日曜 | 献立名 | 食品の種類 | | | エネルギー | たんぱく質 |
| | | エネルギーのもとになる(黄) | 体をつくるもとになる(赤) | 体の調子を整えるもとになる(緑) | | |
| 2月 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 636 |
| | ごはん | 米 | | | | |
| | 酢豚 | じゃがいも 片栗粉 油 砂糖 | 豚肉 | しょうが にんじん 玉ねぎ 干しいたけ ピーマン | 中華だし ケチャップ しょうゆ 酢 こしょう | 25.9 |
| | 春雨スープ | 春雨 ごま | 鶏肉 豆腐 | にんじん ねぎ えのきたけ にら | 中華だし 塩 酒 | 16% |
| | チーズ | | チーズ | | | |
| 3火 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 591 |
| | ちらし寿司 | 米 大麦 砂糖 ごま | 油揚げ ちくわ | 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 | |
| | きびなごフライ(低2こ・高3こ) | 油 | きびなごフライ | | | 24.5 |
| | すまし汁 | じゃがいも | 豆腐 | ねぎ にんじん こまつな | かつおさばだし しょうゆ 塩 | 17% |
| | デザート | 各校デザート | | | | |
| 4水 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 597 |
| | 黒糖揚げパン | コッパン 黒砂糖 砂糖 油 | | | | |
| | 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 ローリエ 白ワイン 塩 こしょう | 23.2 |
| | フラワーサラダ | | | ブロッコリー カリフラワー コーン缶 | ドレッシング | 16% |
| 5木 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 615 |
| | ソイ丼 | 米 大麦 | 大豆 豚肉 大豆ミート ベーコン | にんじん しゆんぎく | しょうゆ みりん | 30.0 |
| | 塩こうじ鶏のスタミナスープ | 油 | 鶏肉 | はくさい 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 | 20% |
| | | | | | | |
| 6金 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 642 |
| | 卵とじうどん | 地粉うどん | | | | |
| | ちくわの磯辺揚げ(低1こ・高2こ) | 片栗粉 | 鶏肉 なたと 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 | 26.1 |
| | くだもの | 小麦粉 油 | ちくわ 青のり | | | 16% |
| 9月 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 676 |
| | カレーライス | 米 大麦 | | | | |
| | 春色フルーツポンチ | 油 バター 小麦粉 じゃがいも | 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 炒め玉ねぎ | 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 | 22.1 |
| | 白玉だんご | | パイ缶 みかん缶 黄桃缶 | | 13% | |
| 10火 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 608 |
| | ごはん | 米 | | | | |
| | 赤魚のねぎみそ焼き | | 赤魚のねぎみそ漬け | | | 26.0 |
| | れんこんの金平 | ごま 油 ごま油 砂糖 | | れんこん にんじん さやいんげん | しょうゆ 酒 | 17% |
| | ちゃんこ汁 | | 肉だんご 油揚げ | キャベツ にんじん もやし ねぎ | 塩 しょうゆ みりん かつおさばだし | |
| 11水 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 593 |
| | 黒パン | 黒パン | | | | |
| | ホキのこんがり焼き | ノンエッグマヨネーズ パン粉 コーンフレーク | ホキ チーズ | | 塩 こしょう | 27.3 |
| | ほうれんそうとコーンのソテー | 油 | | ほうれんそう コーン缶 | 塩 こしょう | 18% |
| | トマトと卵のスープ | 油 | ベーコン 卵 | にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん キャベツ トマト缶 | ケチャップ スープストック 塩 こしょう | |
| 12木 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 587 |
| | キャロットピラフ | 米 大麦 油 バター | ベーコン | セロリ 玉ねぎ にんじん コーン缶 にんじんベスト | 塩 こしょう | |
| | ガーリックチキン | | 鶏肉 | にんにく | 塩 黒こしょう 酒 | 26.5 |
| | はくさいのシチュー | 油 じゃがいも 小麦粉 | 鶏肉 牛乳 スキムミルク | はくさい にんじん 玉ねぎ | スープストック 塩 こしょう | 18% |

| 日曜 | 献立名 | 食品の種類 | | | | エネルギー |
|-------------------|------------------|----------------|----------------------|---------------------------------|-----------------------|------------------|
| | | エネルギーのもとになる(黄) | 体をつくるもとになる(赤) | 体の調子を整えるもとになる(緑) | 調味料 | |
| 13金 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 620 |
| | しょうゆラーメン | ホット中華めん | | | | |
| | チーズ入りチヂミ | 小麦粉 米粉 ごま油 砂糖 | 卵 いか チーズ | にんにく にんじん しなちく もやし ねぎ | 鶏ガラ とんこつ しょうゆ こしょう | 26.1 |
| | くだもの | | | くだもの | | 17% |
| 16月 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 592 |
| | こどもパンスライス | こどもパン | | | | |
| | えびカツ | 油 | えびカツ | | 中濃ソース | |
| | ポイルキャベツ | | | キャベツ | 塩 | 25.0 |
| | ミネストローネ | 油 じゃがいも | ベーコン レンズまめ | にんじん 玉ねぎ セロリ にんにく トマト缶 コーン缶 パセリ | コンソメ 塩 こしょう | 17% |
| 17火 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 639 |
| | ごはん | 米 | | | | |
| | さわらのすだちしょうゆ焼き | | さわら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 | 29.9 |
| | かぶのみそ汁 | | 豆腐 油揚げ みそ | かぶ | かつおさばだし | 19% |
| 18水 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 593 |
| | はちみつパン | はちみつパン | | | | |
| | 春野菜のスパゲティ | スパゲティ オリーブオイル | ベーコン えび あさり | キャベツ なばな 玉ねぎ にんにく | 白ワイン 塩 こしょう | |
| | チキンナゲット(低1こ・高2こ) | | チキンナゲット | | | 26.2 |
| | わかめサラダ | 油 砂糖 | わかめ | きゅうり コーン缶 サラダこんにやく 玉ねぎ | 酢 塩 こしょう | 18% |
| 19木 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 596 |
| | チュモツバ風ご飯 | 米 大麦 ごま油 油 砂糖 | チャーシュー 豚肉 | 干しいたけ はくさいキムチ たくあん | スープストック コチュジャン しょうゆ 塩 | |
| | 刻みのり | | のり | | | |
| | 春巻 | 油 | 春巻 | | | 22.6 |
| | レンフォアタン | 片栗粉 春雨 | 鶏肉 卵 | にんじん ねぎ クリームコーン缶 こまつな | 中華だし 酒 塩 | 15% |
| 23月 | 牛乳 | | 牛乳 | | | 698 |
| | 赤飯 | 米 もち米 ごま | あずき水煮缶 | | 塩 | |
| | 揚げ物 | 油 | 各校揚げ物 | | 中濃ソース | |
| | もやしとほうれんそうのおひたし | | | ほうれんそう もやし えのきたけ | しょうゆ かつおだし | 24.1 |
| | 豆腐のみそ汁 | | 豆腐 わかめ みそ | ねぎ | かつおさばだし | 14% |
| | デザート | 各校デザート | | | | |
| 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 619 kcal |
| | | 15回 | たんぱく質 摂取エネルギーの13~20% | | | 25.7g(16.6%) |

* 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7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: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: じゃがいも: ねぎ: だいこん: こまつな: にら: キャベツ: はくさい: ほうれんそう:

一年間の給食を振り返ってみましょう



学校給食はみなさん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、おいしく食べられたでしょうか。
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。

23日「赤飯」



赤飯の赤い色には、昔から「災いを避ける力」があると信じられてきました。その歴史はとても古く、平安時代に書かれた『枕草子』にも登場します。お祝いの席で食べられるようになったのは室町時代で、江戸時代の後期には、一般の家庭でも親しまれるようになったそうです。