令和６年度

３ 月 給 食 献 立 予 定 表

秩父市立北部共同調理場

日	曜	主　食	牛乳	お　か　ず	血や肉、骨や歯になる食品（赤）	熱や力のもとになる食品（黄）	からだの調子を整える食品（緑）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
3	月	ちらしずし	牛乳	花麸入りかきたま汁 いわしの梅煮 ひなまつりゼリー	牛乳　鶏肉　竹輪 油揚げ　たまご いわし　豆乳	ごはん　油　砂糖 小麦粉　でん粉	人参　ごぼう　れんこん 筍　椎茸　玉葱　小松菜 梅　もも　いちご	805	31.8
4	火	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 コーン焼売② バンバンジーサラダ	牛乳　豆腐　豚肉 鶏肉	ごはん　油　砂糖 でん粉　ごま油　春雨 小麦粉	葱　人参　筍　にら　椎茸 にんにく　生姜　キャベツ 胡瓜　とうもろこし　玉葱	776	32.1
5	水	地粉うどん	牛乳	肉うどんの汁 白身魚フリッター② 五目きんぴら 紅白大福	牛乳　豚肉　なると 鶏肉　竹輪　たら 沖あみ　のり	うどん　油　砂糖 小麦粉　でん粉　米粉 もち粉	生姜　人参　椎茸　葱 小松菜　ごぼう　れんこん こんにゃく　小豆	801	33.7
6	木	広島菜めし	牛乳	豚汁 ほきの甘酢あん 切干大根の和え物	牛乳　豚肉　豆腐 ほき　鶏肉	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　でん粉	広島菜　大根　ごぼう　葱 人参　こんにゃく　もやし 胡瓜	790	32.9
7	金	メロンパン	牛乳	ニョッキのクリーム煮 チキンナゲット② ハムのマリネ	牛乳　ベーコン　鶏肉 ハム　おから	パン　油　バター マーガリン　砂糖 じゃが芋　でん粉 小麦粉　パン粉	玉葱　人参　にんにく キャベツ　胡瓜　レモン	834	25.0
10	月	わかめごはん	コーヒー 牛乳	じゃが芋の味噌汁 鶏肉の唐揚げ ごま和え	牛乳　わかめ　油揚げ 鶏肉	ごはん　じゃが芋 でん粉　油　砂糖 ごま	大根　ごぼう　葱　人参 生姜　ほうれん草　キャベツ	877	29.7
11	火	ごはん	牛乳	ポークカレー フルーツ白玉 福神漬	牛乳　豚肉	ごはん　じゃが芋 油　上新粉　でん粉 砂糖　小麦粉	玉葱　人参　にんにく　生姜 もも　みかん　パイン　大根 胡瓜　なす　れんこん　しそ	868	27.0
12	水	中華めん	牛乳	味噌ラーメンのスープ ショーロンポー② チョレギサラダ すだちゼリー	牛乳　豚肉　わかめ のり	めん　油　ごま ごま油　砂糖　春雨 でん粉　小麦粉	白菜　もやし　人参　玉葱 とうもろこし　木耳　生姜 にんにく　キャベツ　筍 椎茸　すだち	778	30.2
13	木	チキンピラフ	牛乳	コンソメスープ かぼちゃひき肉フライ お祝いケーキ	牛乳　鶏肉　ベーコン 豚肉　たまご　クリーム	ごはん　マーガリン バター　じゃが芋 砂糖　でん粉　パン粉 小麦粉　油	玉葱　人参　ピーマン マッシュルーム　にんにく キャベツ　かぼちゃ　いちご	819	26.7
17	月	ごはん	牛乳	豚肉と大根の煮物 和風オムレツ ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳　豚肉　たまご ひじき	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　でん粉 ごま	大根　人参　葱　生姜 こんにゃく　ごぼう れんこん	822	28.6
18	火	チャーハン	牛乳	ワンタンスープ 春巻き カップdeヤクルト	牛乳　豚肉　鶏肉 クリーム　粉乳	ごはん　ごま油 米粉　でん粉　油 砂糖　春雨　小麦粉	葱　人参　生姜　にんにく もやし　玉葱　チンゲンサイ 筍　キャベツ　椎茸	840	28.8
19	水	ツイストパン	牛乳	クラムチャウダー 鶏肉の香味焼き コールスローサラダ	牛乳　あさり ベーコン　鶏肉	パン　じゃが芋　油 小麦粉　マーガリン バター　ごま油 砂糖	玉葱　人参　生姜　にんにく キャベツ　胡瓜　レモン	863	36.1
21	金	バターロール	牛乳	大豆と挽肉のトマト煮 ほうれん草サラダ クレープ	牛乳　大豆　豚肉 豆乳　大豆粉	パン　じゃが芋　油 砂糖　米粉　でん粉	玉葱　人参　ピーマン トマト　にんにく　もやし ほうれん草　とうもろこし いちご　レモン	853	31.5

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

桃の節句



３月３日は、「桃の節句」とも「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、厄をはらうための紙の人形だったといわれています。桃の節句につくられる行事食には、はまぐりのお吸い物やひしもち、ちらしずしなどがあります。

卒業・進級おめでとうございます！

祝

卒業した後や新学年になっても、
バランスのよい食事を摂って病気に負けない体をつくり、
楽しく充実した生活を送ってください。