



令和7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)	I値 - kcal	ﾀﾞｲﾅﾐｯｸ質 g
2	月	ごはん	牛乳	野菜豆腐スープ 和風おろしハンバーグ しゃくし菜入りジャーマンポテト	牛乳 豆腐 鶏肉 豚肉 ベーコン	ごはん 油 砂糖 じゃがいも でん粉	玉葱 人参 白菜 大根 にんにく とうもろこし しゃくし菜	788	29.4
3	火	ちらしずし	牛乳	花麩入りかきたま汁 さわらの西京焼き ひなまつりゼリー	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ たまご さわら 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 もも いちご	786	36.3
4	水	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 小松菜和え チョコチップカップケーキ	牛乳 油揚げ 鶏肉 わかめ 豆乳 粉乳	うどん 砂糖 油 小麦粉 でん粉 コーンスターチ	葱 人参 椎茸 小松菜 キャベツ もやし とうもろこし	787	34.7
5	木	ごはん	牛乳	白菜と春雨のスープ あじの南蛮漬け 切干大根のカレーきんぴら	牛乳 鶏肉 あじ 豚肉	ごはん 春雨 油 ごま油 でん粉 砂糖	玉葱 人参 白菜 木耳 小松菜 生姜 葱 にんにく ごぼう 大根 白滝	812	33.7
6	金	子供パン	牛乳	ポテトのベーコン煮 星型メンチカツ ゆで野菜サラダ	牛乳 ベーコン チーズ 豚肉 鶏肉	パン じゃがいも 油 砂糖 パン粉 でん粉	玉葱 人参 とうもろこし キャベツ ブロッコリー もやし	797	27.4
9	月	ごはん	牛乳	ボークカレー いちご杏仁 小魚	牛乳 豚肉 豆乳 かたくちいわし	ごはん じゃがいも 油 砂糖 でん粉 小麦粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 いちご	820	27.9
10	火	ごはん	牛乳	すまし汁 鶏肉の唐揚げ たくあん和え	牛乳 わかめ かまぼこ 鶏肉	ごはん でん粉 油 ごま	人参 小松菜 生姜 たくあん もやし ほうれん草	831	33.1
11	水	中華めん	牛乳	ごま味噌ラーメンのスープ 春巻き 中華サラダ	牛乳 鶏肉	めん ごま 油 でん粉 春雨 小麦粉 砂糖 ごま油	キャベツ 人参 葱 にんにく 生姜 筍 玉葱 キャベツ 椎茸 もやし 小松菜	786	31.1
12	木	わかめごはん	牛乳	厚揚げのチャオサイ パンパンジーサラダ (パンパンジードレッシング) カットロールケーキ (いちご・抹茶)	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉 鶏肉 たまご	ごはん 油 砂糖 でん粉 春雨 ごま 小麦粉 でん粉	キャベツ 玉葱 人参 筍 生姜 もやし 胡瓜 にんにく いちご ラズベリー 抹茶	808	31.0
16	月	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 厚焼きたまご ほうれん草のごまマヨ和え (ノンエッグマヨネーズ)	牛乳 鶏肉 たまご かまぼこ	ごはん じゃがいも 砂糖 油 でん粉 ごま	玉葱 人参 いんげん ほうれん草 ブロッコリー	797	29.8
17	火	キムたくごはん	牛乳	野菜碗 かぼちゃひき肉フライ ヨーグルト	牛乳 豚肉 生揚げ ヨーグルト	ごはん 油 ごま じゃがいも 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉	たくあん キムチ 大根 玉葱 葱 人参 かぼちゃ	806	29.0
18	水	はちみつパン	牛乳	豆乳コーンポタージュ チキンチーズハーブ焼き 温野菜サラダ	牛乳 ベーコン 豆乳 鶏肉 チーズ	パン じゃがいも コーンスターチ マーガリン 油 パン粉 砂糖 ごま	玉葱 とうもろこし トマト パセリ にんにく ほうれん草 キャベツ もやし 人参	812	38.9
19	木	ごはん	牛乳	中華スープ ショーロンポー② ピピンパの具	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 鶏肉 大豆粉	ごはん ごま油 砂糖 ごま でん粉 小麦粉	人参 小松菜 キャベツ 玉葱 にんにく 生姜 葱 もやし ほうれん草 大根 キムチ	788	29.2
23	月	ごはん	牛乳	豆腐とたまごのスープ 韓国風鶏肉の照り焼き チョレギサラダ	牛乳 豆腐 たまご 鶏肉 わかめ のり	ごはん 油 でん粉 ごま油 砂糖	玉葱 人参 小松菜 椎茸 葱 生姜 にんにく キャベツ もやし	802	36.9

※ごはん、パンの製造工場においては、卵、乳、ごまを含む製品を製造しています。  
※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！

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。

