



令和4年3月分

## 学校給食献立表(幼稚園)

深谷市立花園学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 (+牛乳) 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	予定 地場産物	
1 火	コッペパンスライス			コッペパンスライス		418kcal 16.4g 14.4g 54.4g 2.2g	キャベツ にんじん ブロッコリー	
	ソース焼きそば	コーヒート牛乳	豚肉, あおのり	油, 蒸し中華めん	玉葱, にんじん, キャベツ, もやし			
	焼きウィンナー		ウィンナー					
	花野菜のサラダ		ハム	油, 上白糖	ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ, レモン汁			
2 水	ちらし寿司(きざみのり)		鶏肉, 油揚げ, 錦糸卵, のり	酢めし, 油, 三温糖, 上白糖	ごぼう, にんじん, 干し椎茸, れんこん, 菜ばな	458kcal 17.1g 15.4g 60.7g 2.5g	こめ にんじん	
	ししゃもフリッター		ししゃもフリッター	油				
	すまし汁		豆腐, かまぼこ, わかめ		にんじん, 玉葱, 糸みつば			
3 木	肉うどん		豚肉, なたと巻き, 油揚げ	地粉うどん	しょうが, にんじん, 玉葱, ねぎ, にら, こまつな	520kcal 19.5g 13.3g 78.0g 2.4g	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ	
	ごまごまきなこパンケーキ		きな粉, 調理用牛乳, 卵, ヨーグルト	ホットケーキミックス, ごま				
	海藻サラダ		海藻ミックス	上白糖, 油	きゅうり, キャベツ, とうもろこし			
7 月	ソイ丼		ベーコン, 豚肉, 大豆	白飯, 油, 三温糖	しゅんぎく	502kcal 20.9g 17.9g 62.2g 2.0g	こめ キャベツ にんじん ねぎ	
	野菜炒め		ハム	油	にんじん, キャベツ, もやし, とうもろこし, にら			
	玉ねぎのみそ汁		豆腐, わかめ, みそ		にんじん, 玉葱, ねぎ			
8 火	はちみつパン			はちみつパン		481kcal 23.8g 16.3g 58.2g 2.3g	きゅうり にんじん	
	鶏肉の唐揚げ		鶏肉	かたくり粉, 油	しょうが, にんにく			
	納豆ツナとひじきのサラダ		まぐろ水煮, 干ひじき	油, 上白糖	ほうれんそう, きゅうり, にんじん, 玉葱			
	花豆のポタージュ		白花豆ペースト, 豆乳	油, じゃがいも	玉葱, にんじん, パセリ			
9 水	ご飯			白飯		472kcal 21.8g 14.9g 59.6g 1.7g	こめ だいこん にんじん ねぎ	
	さわらのごまみそマヨ焼き		さわら, みそ	ノンエッグマヨネーズ, ごま				
	切り干し大根の炒り煮		焼き竹輪, 油揚げ	油, 三温糖	にんじん, 切干しだいこん, さやいんげん			
	けんちん汁		鶏肉, 豆腐	油, こんにゃく, さといも	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ			
10 木	ごまみそラーメン		豚肉, みそ	中華めん, 油, ごま	にんじん, しょうが, にんにく, 玉葱, もやし, きくらげ, とうもろこし, ねぎ, にら	538kcal 17.5g 18.9g 70.8g 2.6g	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ	
	春巻き		春巻き	油				
	中華サラダ		ハム	春雨, 上白糖, 油	にんじん, キャベツ, きゅうり, レモン汁			
11 金	わかめご飯(自分で作るおにぎり)			わかめごはん		485kcal 16.9g 14.7g 69.7g 2.4g	こめ にんじん だいこん ねぎ	
	ちくわの磯辺揚げ		焼き竹輪, あおのり	小麦粉, 油				
	豚汁		豚肉, 豆腐, みそ	油, こんにゃく, じゃがいも	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ			
14 月	ご飯			白飯		518kcal 22.9g 21.0g 55.8g 1.7g	こめ にんじん だいこん ねぎ	
	さばのカレーしょうゆ焼き		さばカレー醤油漬け					
	大豆の磯煮		鶏肉, 大豆, さつま揚げ, 干しひじき	油, 突きこんにゃく, 三温糖	にんじん, さやいんげん			
	大根のみそ汁		生揚げ, みそ		にんじん, だいこん, ねぎ, こまつな			
15 火	ハンバーガー		ハンバーグ	子供パンスライス, 油, 上白糖	玉葱, セロリー, マッシュルーム	470kcal 20.2g 18.9g 53.6g 2.7g	キャベツ きゅうり にんじん	
	春野菜のごまマヨネーズ和え		糸かまぼこ	三温糖, ごま, ノンエッグマヨネーズ	キャベツ, きゅうり, にんじん			
	豆腐と野菜のコンソメスープ		豚肉, 豆腐	油, じゃがいも	にんじん, 玉葱, こまつな			
16 水	かつ丼		鶏肉	白飯, 小麦粉, パン粉, 油, 三温糖		520kcal 25.2g 15.6g 66.8g 2.0g	こめ キャベツ きゅうり にんじん	
	ツナとひじきのサラダ		まぐろ水煮, 干ひじき	油, 上白糖	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉葱			
	沢煮焼		豚肉, 生揚げ	油, かたくり粉	ごぼう, にんじん, たけのこ, 干し椎茸			
17 木	玉子とじうどん		鶏肉, なたと巻き, 卵	地粉うどん	にんじん, ねぎ, ほうれんそう	447kcal 17.5g 9.3g 70.6g 2.2g	キャベツ にんじん ねぎ	
	小松菜とジャコの炒り煮		ちりめんじゃこ	油	にんじん, キャベツ, とうもろこし, こまつな			
	すだちゼリー			すだちゼリー				
22 火	黒パン			黒パン		469kcal 25.1g 16.0g 54.5g 2.2g	キャベツ にんじん	
	チキン香味焼き		鶏肉, チーズ	油, パン粉	にんにく, パセリ			
	ほうれん草とコーンのソテー		ベーコン	油	にんじん, キャベツ, とうもろこし, ほうれんそう			
	ミネストローネ		ウィンナー, 大豆	油, じゃがいも, マカロニ	にんにく, セロリー, にんじん, 玉葱, キャベツ, トマト缶, パセリ			
今月の地場産物		こめ キャベツ きゅうり だいこん にんじん ねぎ ブロッコリー (3/1)						※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。 ※給食に関する行事については、園のおたよりで確認してください。 給食回数 13回 ご飯6回、パン4回、めん3回

※17日は卒園のお祝いとして「すだちゼリー」を出します。果物の「スタダ」と「巣立ち」をかけています。