



3月こんだてひょう



★おしらせ★

11日(月)は、わかめご飯になります。

5日(火)・25日(月)は、麦ごはんになります。

4日(月)・14日(木)は、骨なしの魚を使用しておりますが、小骨等に気をつけてお召し上がりください。

HACCP 高度化基準認定工場
彩の国ハサップ取組確認施設

はんきゅう

(協同組合 飯能給食センター)
〒357-0044 飯能市川寺751
TEL 042-972-5191

材料入荷の都合により献立の一部を変更することがあります。

★ お米は国産米を使用しています。



1日(金)



エビフライ
(卵・小麦・えび・大豆)
スパゲッティ・ナポリタン
(小麦・大豆・豚肉・ゼラチン)
プチハンバーグ
(小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉)
小松菜サラダ
(小麦・大豆・豚肉)
みかんゼリー

★熱量428kcal ★蛋白質11g

4日(月)



ベーコンときのこのスパゲティ
(卵・小麦・乳・大豆・豚肉)
あじのケチャップあん
(小麦・大豆)
チーズ入りつくね棒
(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)
フレンチサラダ
(卵)
キャベディチーズ
(乳)
麦ごはん

★熱量469kcal ★蛋白質13.7g

5日(火)



ウィンナーカレー
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・りんご・ゼラチン)
ツナマヨフライ
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・ゼラチン)
フレンチサラダ
(卵)
キャンディチーズ
(乳)
麦ごはん

★熱量437kcal ★蛋白質11.2g

6日(水)



プチカップグラタン
(卵・小麦・乳・大豆・豚肉)
ペビーバターコロケ
(卵・小麦・乳・大豆)
ミートボールケチャップ煮
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
ブロッコリーサラダ
(卵)
大根のスープ煮
(大豆・豚肉・ゼラチン)

★熱量412kcal ★蛋白質9.6g

7日(木)



そばろ二色丼
(小麦・大豆・鶏肉)
えび団子
(卵・小麦・乳・えび・大豆)
大根サラダ
(小麦・大豆・ごま)
さつまいもの黒蜜きなこ
(大豆)

★熱量400kcal ★蛋白質11.1g

8日(金)



焼きうどん
(小麦・乳・大豆・豚肉・ごま)
かぼちゃコロケ
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)
大根の甘辛煮
(小麦・大豆)
オレンジ
(オレンジ)

★熱量424kcal ★蛋白質9.4g

11日(月)



肉じゃが
(小麦・乳・大豆・豚肉)
鶏肉の照り焼き
(小麦・大豆・鶏肉)
五目煮
(小麦・乳・大豆)
エビフライ
(卵・小麦・えび・大豆)
わかめごはん

★熱量489kcal ★蛋白質17.6g

12日(火)



牛丼
(小麦・牛肉・大豆)
豆腐ナゲット
(小麦・大豆・豚肉)
キャベツののり和え
(小麦・大豆)
チンゲン菜といかの炒め物
(小麦・乳・いか・牛肉・大豆・鶏肉・ごま)

★熱量439kcal ★蛋白質11.1g

13日(水)



バーベキューチキン
(小麦・大豆・鶏肉・りんご)
おからポテト
(大豆)
和風マカロニソテー
(卵・小麦・乳・大豆・豚肉)
ツナコンソテー
(大豆・豚肉・ゼラチン)
人参サラダ
(卵)

★熱量463kcal ★蛋白質14.9g

14日(木)



さば塩焼
(さば・大豆)
厚焼き卵
(卵・小麦・大豆・りんご)
ちくわの磯辺揚げ
(魚介類・小麦・大豆)
小松菜のおかか和え
(小麦・大豆)
ポテトサラダ
(卵・小麦・大豆)

★熱量446kcal ★蛋白質15.3g

15日(金)



厚揚げそばろ煮
(小麦・乳・大豆・豚肉)
海苔巻チキン
(小麦・大豆・鶏肉)
ほうれん草の鶏糸和え
(卵・小麦・大豆)
がんもめ煮
(小麦・乳・大豆・ごま)

★熱量416kcal ★蛋白質13.7g

18日(月)



ポークビーンズ
(卵・乳・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン)
一口ハンバーグ
(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)
マカロニチキン胡麻サラダ
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・ごま)
こまつなソテー
(小麦・大豆・豚肉・ゼラチン)

★熱量417kcal ★蛋白質13.5g

19日(火)



焼きそば
(小麦・大豆・豚肉・りんご)
野菜春巻
(小麦・大豆・ごま)
枝豆ととうもろこしのつまみ揚げ
(大豆)
ナムル
(小麦・大豆・ごま)
しゃきしゃき肉団子
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ごま)

★熱量488kcal ★蛋白質11.9g

20日(水)



鶏パン粉焼
(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)
星型オムレツ
(卵・大豆)
ミートソーススパゲッティ
(小麦・牛肉・大豆・豚肉)
スマイルポテト
(大豆)
ほうれん草とツナのサラダ
(卵・小麦・大豆)

★熱量494kcal ★蛋白質16.6g

21日(木)



鶏パン粉焼
(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)
星型オムレツ
(卵・大豆)
ミートソーススパゲッティ
(小麦・牛肉・大豆・豚肉)
スマイルポテト
(大豆)
ほうれん草とツナのサラダ
(卵・小麦・大豆)

★熱量494kcal ★蛋白質16.6g

22日(金)



とんかつ味噌ソース
(小麦・大豆・豚肉)
フライドポテト
(大豆)
ポイルブロッコリー
(大豆)
春雨サラダ
(小麦・大豆・豚肉)
リンゴ缶
(りんご)

★熱量404kcal ★蛋白質10g

25日(月)



キーマカレー
(小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・りんご・ゼラチン)
野菜コロケ
(小麦・大豆)
お月さまハムカツ
(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)
チキンサラダ
(卵・乳・大豆・鶏肉)
サイダーゼリー
麦ごはん

★熱量460kcal ★蛋白質12.5g

26日(火)



ごぼうと牛肉の甘辛炒め
(小麦・乳・牛肉・大豆)
野菜コロケ
(小麦・大豆)
おかか和え
(小麦・大豆)
焼餃子
(小麦・大豆・豚肉)

★熱量420kcal ★蛋白質10.2g

27日(水)



星コロケ
(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)
ポイルウィンナー
(卵・小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
ミートマカロニ
(小麦・牛肉・大豆・豚肉)
ツナコンソレー
(大豆)
三色和え
(小麦・大豆)

★熱量444kcal ★蛋白質11.4g

28日(木)



豚肉とキャベツの生姜炒め
(小麦・大豆・豚肉)
チキンナゲット
(小麦・大豆・鶏肉)
ほうれん草の胡麻和え
(小麦・大豆・ごま)
ちくわ煮
(魚介類・小麦・乳・大豆)

★熱量415kcal ★蛋白質13.8g

29日(金)



鶏唐揚げ
(小麦・乳・大豆・鶏肉)
オムレツ
(卵・小麦・大豆)
温野菜
(大豆)
味噌ピーナツ炒め
(小麦・落花生・大豆)
りんごゼリー
(りんご)

★熱量434kcal ★蛋白質14.8g

春分の日

