



3月こんだてひょう

★おしらせ★

13日（木）はわかめごはんになります。

25日（火）は麦ごはんになります。

21日（金）・24日（月）は、骨なし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。

3日(月) ミニメンチカツ ポロニアム 温野菜 かぼちゃの味噌ピーナツ炒め P・P・Pチーズ ★熱量447kcal ★蛋白質11.5g	4日(火) ハヤシライス 野菜コロッケ クランブルエッグ キャベツとりんごのサラダ ★熱量468kcal ★蛋白質11.6g	5日(水) ハンバーグ フライドポテト タコウィンナー 野菜ソテー みかんゼリー ★熱量454kcal ★蛋白質12.5g	6日(木) そばろ二色丼 えび団子 さつまいもの黒蜜きなこ 大根サラダ ★熱量394kcal ★蛋白質10.5g	7日(金) 鶏肉のかりん揚げ 海老風味焼売 たらこマカロニソテー スマイルポテト ブロッコリーサラダ ★熱量466kcal ★蛋白質15.2g
10日(月) 鶏肉の照り焼き 厚焼き卵 ちくわの磯辺揚げ 大根の甘辛煮 小松菜のおかか和え ★熱量430kcal ★蛋白質17.2g	11日(火) エビフライ 一口ハンバーグ スパゲッティーナポリタン 春雨サラダ がんも煮 ★熱量464kcal ★蛋白質10.1g	12日(水) 星コロッケ ハーフオムレツ ミートマカロニ ツナコーンサラダ 三色和え ★熱量437kcal ★蛋白質10.1g	13日(木) 肉じゃが お月さまハムカツ 焼き餃子 大根ツナサラダ わかめご飯 ★熱量436kcal ★蛋白質10.2g	14日(金) 野菜春巻 とうもろこしのつまみ揚げ 焼きそば ハニーマスタードチキン ナムル ★熱量448kcal ★蛋白質15.1g
17日(月) 牛丼 豆腐ナゲット キャベツののり和え チンゲン菜といかの炒め物 ★熱量418kcal ★蛋白質10.8g	18日(火) 豚しゃぶサラダ 揚げ餃子 たらこ炒め コーン焼売 ★熱量411kcal ★蛋白質14.3g	19日(水) とんかつ味噌ソース フライドポテト ポイルブロッコリー 春雨サラダ りんご缶 ★熱量419kcal ★蛋白質10.5g	20日(木) 春分の日	21日(金) チーズ入りつくね棒 あじのケチャップあん ベーコンときのこのスパゲティ 大根とツナの煮物 ほうれん草サラダ ★熱量452kcal ★蛋白質13.2g
24日(月) 白身魚の磯辺焼き カレーコロッケ 人参さつま 小松菜とひじきの和え物 高野豆腐煮 ★熱量435kcal ★蛋白質14.4g	25日(火) キーマカレー 磯辺ささみフライ ほうれん草サラダ 人参焼売 麦ごはん ★熱量404kcal ★蛋白質13.4g	26日(水) ベーコングラタン ベビーバターコロッケ ミートボールケチャップ煮 ブロッコリーサラダ 大根のスープ煮 ★熱量412kcal ★蛋白質9.6g	27日(木) ポークビーンズ 一口ハンバーグ マカロニチキン胡麻サラダ チンゲン菜ソテー ★熱量414kcal ★蛋白質12.4g	28日(金) 厚揚げそばろ煮 海苔巻チキン 小松菜の錦糸和え たこ焼 ★熱量408kcal ★蛋白質11.8g
31日(月) 豚肉とキャベツの生姜炒め 鉄腕チキンナゲット 中華和え ちくわ煮 ★熱量376kcal ★蛋白質10.7g				