

★	10	水		○ ○	わかめスープ	とり肉、にんじん、ながねぎ、豆腐、わかめ、ねしょうが、とりから、ごま油、しょうゆ、こしょう、塩	665	746
					いかのチリソースかけ	いか米粉フライ(いか、米粉、パン粉(米粉)、米粉、食塩、こしょう、でん粉、食物繊維、酵母エキス、加工でん粉、増粘剤)、米油、ながねぎ、にんにく、ねしょうが、トウバンジャン、トマトケチャップ、酒、しょうゆ、三温糖、塩、でん粉		
					きのこのチャプチェ	ぶた肉、しょうゆ、酒、ごま油、にんにく、ほんしめじ、しいたけ、えのきたけ、エリンギ、はるさめ、にら、しょうゆ、ごま、三温糖、コチュジャン、塩		
					とんこつラーメン	ぶた肉、にんじん、キャベツ、もやし、にら、きくらげ、はねぎ、にんにく、ねしょうが、たまねぎ、ながねぎ、米油、とりから、とんこつ、豆乳、酒、しょうゆ、塩、こしょう		
	11	木		○ ○	にくだんこのもちごめむし	肉団子のもち米蒸し(ぶた肉、とり肉、もち米、たまねぎ、でん粉、パン粉、豚脂、しいたけ、砂糖、おろししょうが、しょうゆ、魚介エキス調味料、植物油、食塩、発酵調味料、香辛料)、しょうゆ	659	867
					フルーツミックス	パインアップル、黄もも、りんご、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、クエン酸、ビタミンC、ナタデココ(ナタデココ、砂糖、難消化性デキストリン、ぶどう濃縮果汁、酸味料、香料)		
					ちゅうかめん	小麦粉、食塩、かんすい		
					しんじやがいものみそしる	じゃがいも、たまねぎ、豆腐、わかめ、みそ、しょうゆ、かつお節、塩		
★	12	金		○ ○	きびなごのカリカリフライ	きびなごのカリカリフライ(きびなご(魚卵を含む)、還元水あめ、たん白加水分解物、砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料、じゃがいも、でん粉、米粉、三温糖、オリーブオイル、イースト、玄米粉、植物油、酵母エキス、香辛料、なたね油、パーム油)、米油	616	706
					うらかみそぼろ	ぶた肉、さつまあげ、ごぼう、にんじん、こんにゃく、もやし、米油、しょうゆ、三温糖、みりん、塩、でん粉		
					セレクト給食	朝霞第一小学校 6年生		
					タイピーエン	ぶた肉、えび、いか、にんじん、キャベツ、きくらげ、はるさめ、ながねぎ、ごま油、とりから、ごま、ねしょうが、こしょう、塩、しょうゆ		
	15	月		○ ○	とりにくのゆずこしょうやき	とり肉、ゆずこしょう、しょうゆ、酒、塩	628	27.1
					はっさく	はっさく(かんきつ類)		
					せんざりやさいのスープ	とり肉、ごぼう、だいこん、にんじん、もやし、こまつな、米油、チキンブイヨン、しょうゆ、こしょう、塩		
					さけのレモンフライ	さけのレモンフライ(シロサケ、パン粉、でん粉、小麦粉、小麦でん粉、粉末状大豆たん白、増粘剤、食塩、スパイスミックス)、米油		
	16	火		○ ○	チリピーズ	ぶた肉、ひよこ豆、たまねぎ、にんじん、にんにく、じゃがいも、パセリ、トマト、ウスターソース、トマトケチャップ、三温糖、ワイン、こしょう、チリパウダー、米油、塩	693	855
					ノンエッグタルタルソース	植物油、醸造酢、砂糖類(水あめ、砂糖)、ピクルス、大豆粉、食塩、粉末状植物性たん白、たまねぎ、香辛料、酵母エキス、レモン果汁、赤ピーマン、こんにゃく製粉、増粘多糖類、香辛料抽出物		
					ツイストパン	小麦粉、砂糖、ショートニング、イースト、脱脂粉乳、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC		
					サンラータン	鶏卵、とり肉、たけのこ、しいたけ、きくらげ、ながねぎ、ねしょうが、とりから、こしょう、酒、塩、しょうゆ、酢、でん粉、中：ラー油		
	17	水		○ ○	こめこぎょうざ	米粉ぎょうざ(キャベツ、にら、しょうが、豚肉、豚脂、たん白加水分解、食塩、香辛料、米粉、でん粉、発芽玄米粉、ぶどう糖、もち粉、加工でん粉、増粘多糖類、トレハロース)、米油、しょうゆ	664	783
					ハムとチンゲンサイのちゅうかいため	もやし、ロースハム、にんじん、チンゲンサイ、にんにく、ねしょうが、ごま油、こしょう、三温糖、オイスターソース、しょうゆ、塩、でん粉		
					スパゲッティミートソース	スパゲッティ、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、にんにく、パセリ、オリーブ油、トマト、トマトケチャップ、三温糖、こしょう、粉チーズ、ワイン、塩		
					まだいのハーブやき	まだい、オレガノ、こしょう、塩、ワイン、にんにく、オリーブ油、バジル		
	18	木		○ ○	りんご	りんご、塩	711	860
					デニッシュペストリー	小麦粉、ホエイパウダー、砂糖、食塩、ショートニング、折込用油脂、イースト、ビタミンC、米油		
					とんじる	ぶた肉、豆腐、ごぼう、だいこん、にんじん、じゃがいも、こんにゃく、ながねぎ、かつお節、米油、みそ、塩、しょうゆ、みりん		
					さばのぶなかぼし	さば、食塩、しょうゆ		
★	19	金		○ ○	れんこんのきんぴら	ぶた肉、にんじん、れんこん、ごま、ごま油、しょうゆ、三温糖、みりん、塩、中：一味唐辛子	678	790
					セレクト給食	朝霞第三小学校 6年生、朝霞第八小学校 6年生		
					ほうれんそういりチキンカレー	とり肉、カレー粉、しょうゆ、三温糖、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ほうれんそう、ねしょうが、にんにく、米油、カレーウ、ガラムマサラ、中濃ソース、トマトケチャップ、塩		
					やきウインナー	ぶた肉、食塩、砂糖、香辛料		
★	22	月		○ ○	フルーツしらたま	りんご、黄桃、白桃、ラ・フランス、砂糖、クエン酸、クエン酸三ナトリウム、ビタミンC、白玉だんご(上新粉、砂糖、でん粉、酵素、クチナシ色素、ベニコウジ色素)	736	838
					フルーツしらたま	りんご、黄桃、白桃、ラ・フランス、砂糖、クエン酸、クエン酸三ナトリウム、ビタミンC、白玉だんご(上新粉、砂糖、でん粉、酵素、クチナシ色素、ベニコウジ色素)		

16回	○：牛乳が付きます。 小：小学校 中：中学校 の献立です。 天候不順の影響等、都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。 小学校の栄養価は3・4年生が基準になっています。 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。 魚の種類によっては、小骨が入っていることがあります。 小魚(ちりめんじゃこ・沖あみなど)や海藻類(わかめ・アオサなど)は、甲殻類を含む場合があります。	基準栄養価	650	830
			21~32	26~41

献立の材料(食材料)に記載されている食品の内容は、下記をご覧ください。

レバーフランク	豚肉、豚レバー、食塩、砂糖、香辛料
ロースハム	豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物
さつまあげ	魚肉すり身(スケソウタラ、イトヨリダイ、エソ、ヒメジ、キントキダイ、他)、馬鈴薯でん粉、なたね油、砂糖、みりん、食塩、ぶどう糖
ちらしかまぼこ	魚肉(スケソウタラ)、加工でん粉、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、食塩、うらごし人参、トマト色素
ずいとん	小麦粉、塩
カレーウ	米粉、パーム油、デキストリン、カレー粉、砂糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、馬鈴薯でん粉、ココアパウダー、パンキンパウダー、たまねぎ、にんにく、粉末米酢
ゆずこしょう	唐辛子、柚子皮、食塩
粒入りマスタード	醸造酢、からし、植物油、食塩、ぶどう発酵調味料、ソテーオニオン、香辛料、ポークエキス、調味料、香辛料抽出物
ラー油	ごま油、とうもろこし油、香辛料抽出物、とうがらし色素
オイスターソース	水あめ、かき、しょうゆ、食塩、砂糖液糖、アルコール、加工でん粉
トウバンジャン	塩蔵唐辛子、そら豆加工品、そら豆、乾燥唐辛子、食塩、酒精、ビタミンC
コチュジャン	米みそ、水あめ、麦芽エキス、米こうじ調味料、唐辛子、砂糖、食塩、酵母エキスパウダー

給食費について

①納期 3月分の納期限は3月10日(水)です。口座振替の方は、3月9日(火)までに入金してください。

- ※月の途中で転出した場合は給食費が滞付(又は減額)になることがあります。
- ※食物アレルギーや宗教上の理由等から、1日の給食のすべてを喫食されない場合は、献立表の内容を確認後、速やかに学校に給食不要の連絡をお願いします。
- ※また、同様の理由で、年間を通じて給食を喫食されない場合にも、学校に給食不要の連絡をお願いします。給食費が滞付になります。
- ※病気や事故等の理由で長期に給食を食べないことが見込まれる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。連絡のあった翌日から給食が停止になります。
- ※給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費を滞付(又は減額)いたします。
- ※給食費は食料の購入費として使用しています。食料の廃止を停止することにより給食費を滞付(又は減額)いたしますので、事前の連絡が必要となる事をご了承ください。
- ※アレルギー性疾患等により牛乳を飲むことができない場合には、あらかじめ学校に牛乳を止める連絡をしてください。連絡を受けた翌日から牛乳購入金額相当を年度末に滞付いたします。
- ※学校での給食費の取扱いについては校長先生が出納員となりご協力をいただいております。

