

4月 学校給食予定献立表

児童数		【献立の記号は、◎行事食、◆旬の食材・献立です。】							
日	曜	こんだて			おもに体をつくるものになる食品（あか）	おもにエネルギーのもとになる食品（き）	おもに体の調子を整える食品（みどり）	エネルギー kcal	たんぱく質 g
		主 食	牛乳	お か ず					
4月									
10	木	せきはん◎ ・ ごましお		<2～6年給食開始 ・進級お祝い献立> あかうおのたつたあげ◎ はるやさいのみそしる◆ おいわいいちこぜりー◎	ぎゅうにゅう あすき あかうお あぶらあげ みそ	こめ もちこめ あぶら でんぶん じゃがいも こんにゃく ごま おいわいいちこぜりー	にんじん かぶ こまつな ぶき うど ねぎ しょうが	609	22.3
11	金	むぎごはん		ハヤシライス かいそうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かいそう	こめ むぎ あぶら なまクリーム ごま さとう こむぎこ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース だいこん きゅうり とうもろこし	597	22.1
14	月	セルフキンパ （ごまごはん）		セルフキンパ （キンパのぐ・てまきのり） トックスープ	ぎゅうにゅう のり ぶたにく とりにく	こめ むぎ ごま あぶら さとう こんにゃく トック	にんにく しょうが だいこん こまつな ねぎ チンゲンサイ たまねぎ えのきだけ にんじん	591	25.1
15	火	はるキャベツの わふう スパゲティ		こんにゃくサラダ しろはなまめのてづくりマフィン	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン わかめ しろはなまめ たまご	スパゲティ あぶら バター さとう こむぎこ ごま	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ しめじ えのきだけ こまつな だいこん きゅうり とうもろこし	603	24.1
16	水	たまごどん （むぎごはん）		こもちししゃもフライ たくあんあえ	ぎゅうにゅう たまご とりにく ししゃも	こめ むぎ でんぶん さとう パンこ ごま	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい キャベツ だいこん こまつな	653	27.1
17	木	ツイストパン （乳不使用）		<1年生給食開始> ポテトのミートソースあえ コーンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす	ツイストパン こむぎこ あぶら さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり とうもろこし グリンピース トマト にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム	572	21.9
18	金	むぎごはん		マーボー豆腐 こまつなとわかめのサラダ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいす みそ わかめ	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら ごま	たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ しいたけ にんにく しょうが こまつな きゅうり とうもろこし	572	24.5
21	月	むぎごはん （コシヒカリ）		ポークカレー ひじきのマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき	こめ むぎ こむぎこ あぶら さとう マーガリン じゃがいも	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご きゅうり だいこん	573	18.3
22	火	わかめごはん		すきやきふう に キャベツのごまみそあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ わかめ	こめ むぎ あぶら さとう ごま しらたき	にんじん はくさい えのきだけ しめじ ねぎ キャベツ りよくとうもやし こまつな	581	25.0
23	水	だいすいり ひじきごはん		さばのたつたあげ ゆかりあえ	ぎゅうにゅう とりにく ひじき さば あぶらあげ だいす	こめ さとう あぶら こんにゃく でんぶん	にんじん しいたけ キャベツ きゅうり あかしそ しょうが	616	23.8
24	木	はちみつ トースト （食パン乳不使用）		じゃがいものスープに マカロニサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうパン じゃがいも あぶら マカロニ さとう マーガリン	セロリ にんにく たまねぎ にんじん はくさい こまつな マッシュルーム えのきだけ キャベツ きゅうり とうもろこし	585	19.6
25	金	むぎごはん		ミートボールのすぶたふう はるさめサラダ	ぎゅうにゅう なまあげ とりにく ぶたにく	こめ むぎ さとう でんぶん はるさめ ごま あぶら パンこ	あおピーマン たけのこ たまねぎ しいたけ だいこん きゅうり にんじん こまつな	619	20.8
28	月	たけのこ おこわ◎		<こどもの日献立> ぶりのてりやき◎ わかめサラダ かしわもち◎	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶり わかめ	こめ もちこめ あぶら さとう ごま かしわもち	にんじん たけのこ さやいんげん キャベツ きゅうり とうもろこし	675	27.9
29	火	昭和の日							
30	水	中央区の バラあげパン◎ （フラワーロール 乳不使用）		<さいたま市民の日献立> 埼玉たまねぎたっぷりポトフ◎◆ 若谷さんの こまつなサラダ◎◆	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ	フラワーロール さとう あぶら じゃがいも ごま	ピーツ かぶ こまつな ほうれんそう セロリ キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり とうもろこし	555	20.4
1	木	5月			4月30日は、さいたま市民の日をお祝いした献立です。さいたま市で作られたヨーロッパ野菜「ピーツ」を使って、中央区の花である薔薇をイメージした揚げパンを作ります。また、さいたま市緑区「若谷農園」で育てられた小松菜と玉ねぎを使ったポトフ、サラダを作ります。今年はいよいよ誕生してから24年目です。お祝いの気持ちをもっていただきます。				
2	金	さいたま市民の日 振替休業日							

<お知らせ> 献立は、天候や納品状況などにより、変更となることがあります。あらかじめご了承ください。
<児童のみなさんへ> 給食小袋は毎日持ち帰り、きれいなものを持ってきましょう。使った給食袋は週末に持ち帰り、洗濯しましょう。