

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。】							エネルギー kcal	たんぱく質 g
日	曜	こんだて			おもに体をつくる もとなる食品(あか)	おもにエネルギーの もとなる食品(き)	おもに体の調子を 整える食品(みどり)			
		主 食	牛乳	お か す						
10	金	せきはん◎ ごましお		<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◆ オレンジゼリー	ぎゅうにゅう あずき あかうお あぶらあげ みそ	こめ もちごめ ごま こんにやく でんぷん じゃがいも オレンジゼリー	にんじん かぶ ぶき うど ねぎ たまねぎ こまつな	587	22.0	
13	月	むぎごはん		まめいりハヤシライス ポテトサラダ アーモンドフィッシュ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	こめ むぎ さとう あぶら じゃがいも マヨネーズ(卵不使用) アーモンドフィッシュ	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム たまねぎ きゅうり とうもろこし	661	25.6	
14	火	セルフキンパ (ごまごはん)		セルフキンパ (キンパのぐ・たまきのり) トックスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく のり	こめ むぎ あぶら さとう ごま トック	にんにく しょうが だいこん こまつな ねぎ たまねぎ チンゲンサイ りょくとうもやし	572	24.7	
15	水	パンネ アラビアータ		かいそうサラダ しろはなまめのマフィン	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だいず しろはなまめ かいそう たまご	パンネマカロニ あぶら ごむぎこ パター ごま	たまねぎ マッシュルーム トマト だいこん きゅうり とうもろこし しいたけ	601	23.2	
16	木	きつねどん (むぎごはん)		きびなごのかりかりフライ からしあえ	ぎゅうにゅう たまご あぶらあげ きびなご	こめ むぎ さとう でんぷん げんまいこ じゃがいも	たまねぎ ねぎ しいたけ さやいんげん こまつな キャベツ りょくとうもやし	673	27.3	
17	金	ツイストパン		<1年生はじめての給食> ポテ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	ツイストパン あぶら ごむぎこ さとう じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり とうもろこし グリンピース	562	21.1	
20	月	むぎごはん		マーボーとうふ もやしのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん	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 だいこん きゅうり りょくとうもやし	533	23.2	
21	火	だいずいり ひじきごはん		さわらのさいきょうやき◆ けんちんじる	ぎゅうにゅう とりにく ひじき あぶらあげ だいず みそ さわら とうふ	こめ さとう こんにやく じゃがいも あぶら さとう	にんじん しいたけ だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	561	27.3	
22	水	はちみつパン		はるやさいのクリーム◆ ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン しろはなまめ チーズ まぐろフレーク	はちみつパン あぶら じゃがいも さとう バター	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス だいこん きゅうり とうもろこし	595	22.8	
23	木	わかめごはん		すきやきらうに こまつなとあぶらあげのおひたし	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ わかめ とうふ	こめ むぎ しらたき さとう あぶら	にんじん はくさい しめじ ねぎ こまつな えのきたけ だいこん	563	24.8	
24	金	むぎごはん		ポークカレー ひじきのマリネ マスカットゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごむぎこ マーガリン マスカットゼリー	にんじん にんにく しょうが りんご きゅうり だいこん	635	18.9	
27	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 ぶり あぶらあげ のり	こめ さとう あぶら かしわもち	にんじん たけのこ りょくとうもやし こまつな さやいんげん	601	26.7	
28	火	中央区の バラあげパン◎ (フラワーロール)		<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 じゃがいも あぶら	ピーズ こまつな キャベツ たまねぎ にんじん セロリ きゅうり とうもろこし	543	20.2	
29	水	しょうわ の ひ			4月28日は、さいたま市民の日(5月1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「ピーズ」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。今年はさいたま市が誕生してから25年目です。お祝いの気持ちをもっといただきましょう。					
30	木	振り替え休日								

<おしらせ> 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。使った給食着は週末に持ち帰り、洗濯しましょう。