

令和6年度

4月分

学校給食予定献立表

さいたま市立馬宮東小学校

日	献立名			主な食品			栄養価	
	主食	牛乳	おかず	血や肉をつくる あか	働く力や体温になる きいろ	体の調子を整える みどり	エネルギー (Kcal)	たん白質 (g)
17 水	 はちみつパン		ポテトのミートソースあえ ◆はるキャベツコールスロー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ	はちみつパン ジャがいも あぶら さとう	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	595	26.4
18 木	 はくはん		とうふとひきにくのにこみ かいそうサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ひよこまめ かいそう ヨーグルト	ごはん あぶら でんぷん さとう ごま	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ グリンピース しょうが にんにく きゅうり だいこん とうもろこし	620	27.5
19 金	 ごもくたまごとし うどん		だいずとごさかなのしゃりしゃりあげ わかめときゅうりのすのもの	ぎゅうにゅう たまご なると ぶたにく あぶらあげ だいず にぼし わかめ	うどん さとう でんぷん こむぎこ	にんじん しいたけ ねぎ もやし きゅうり	583	29.3
22 月	 ★びりんめし		アジフライ ★さつまじる	ぎゅうにゅう とりにく あじ とうふ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう パンこ こむぎこ ジャがいも こんにゃく	だいこん ごぼう にんじん こまつな ねぎ	606	25.7
23 火	 はくはん		おやこに なめだけあえ ◆かわちばんかん	ぎゅうにゅう たまご なまあげ とりにく	ごはん あぶら ジャがいも さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん こまつな キャベツ もやし えのきたけ かわちばんかん	586	25.6
24 水	 ◆たけのこごはん		◆さけのしんたまねぎソースかけ こじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ さけ だいず	ごはん もちごめ あぶら さとう でんぷん こんにゃく ジャがいも	にんじん たけのこ さやえんどう にんにく たまねぎ だいこん ねぎ	591	31.4
25 木	 くろパン		ソーセージとまめのトマトに ツナマヨサラダ	ぎゅうにゅう ソーセージ だいず ひよこまめ チーズ ツナ	くろパン ジャがいも さとう あぶら マヨネーズ	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり	615	23.7
26 金	 まみやさん はくはん		ポークカレー こまつなとわかめのサラダ ヌッのオレンジゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ わかめ	ごはん あぶら ジャがいも バター こむぎこ さとう ヌッのオレンジゼリー	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご こまつな きゅうり とうもろこし	599	19.9

★…九州地方の郷土料理 ◆…旬の献立 26日…さいたま市民の日給食

※材料などの都合により変更する場合がありますので、御了承ください。

御入学おめでとうございます

