

令和7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 木	 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 あぶら じゃがいも 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 とうもろこし きゅうり	595	26.4
18 金	 やきにく チャーハン		はるまき とうふのちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ ベーコン	ごはん あぶら さとう でんぷん はるさめ こむぎこ こめこ	にんじん にんにく しょうが ねぎ たけのこ えのきたけ キャベツ しいたけ こまつな	601	20.9
21 月	 わかめごはん		うましおにくじゃが こまあえ ◆きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ	ごはん あぶら さとう じゃがいも しらたき こま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ こまつな もやし キャベツ きよみオレンジ	581	22.0
22 火	 はくはん		おやこに わふうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく たまご なまあげ わかめ	ごはん あぶら さとう じゃがいも こま	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり さやいんげん だいこん	589	24.8
23 水	 バターロール		◆はるやさいのクリームに こんにやくサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン しほはなまめ チーズ	バターロール こむぎこ あぶら バター さとう じゃがいもこんにやく こま	たまねぎ キャベツ にんじん アスパラガス だいこん きゅうり とうもろこし	581	23.4
24 木	 ◆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 だいず さけ	ごはん あぶら さとう もちごめ でんぷん こんにやく じゃがいも	にんじん たけのこ にんにく たまねぎ だいこん ねぎ さやえんどう	611	32.6
25 金	 はくはん		マーボーどうふ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	ごはん あぶら さとう でんぷん はるさめ こま	たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ しょうが にんにく しいたけ だいこん きゅうり こまつな	570	24.2
28 月	 チキンピラフ		こもちししゃもフライ ABCスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ししゃも	ごはん あぶら バター ABCマカロニ パンこ こむぎこ でんぷん	にんじん たまねぎ セロリ マッシュルーム キャベツ グリンピース	602	24.4
30 水	 ポークカレー (まみやさんはくはん)		さいたま市民の日給食 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 さとう じゃがいも バター こむぎこ 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 もやし	589	19.7

★…九州地方の郷土料理 ◆…旬の献立

※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。



入学おめでとうございます

