

4月分給食予定献立表

令和6年度

さいたま市立浦和大里小学校

こ ん だ て					お も な ざ い り ょ う			栄養価
日	曜	主食	牛乳	お か す	赤	黄	緑	
					ち・にく・ほね・は をつくるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	
10	水	ツイストパン	○	はるやさいのクリームに ひじきのマリネ くだもの(きよみオレンジ)	牛乳 チーズ ベーコン あさり とりにく ひじき	パン バター あぶら じゃがいも さとう こむぎこ	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん アスパラガス きよみオレンジ マッシュルーム きゅうり	619 21.9
11	木	むぎごはん	○	マーボーどうふ はるさめサラダ くだもの(なつみ)	牛乳 ぶたにく どうふ	こめ さとう ごまあぶら むぎ でんぷん あぶら はるさめ	にんにく にんじん なら きゅうり しょうが たけのこ ねぎ キャベツ たまねぎ しいたけ もやし なつみ	621 25.6
12	金	おやこどん (むぎごはん)	○	だいずとごきかなのからあげ そくせきづけ	牛乳 だいず とりにく かえりにほし たまご	こめ さとう むぎ でんぷん あぶら	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり グリーンピース だいこん	640 29.3
15	月	むぎごはん	○	さわらのさいきょうやき かきたまじる はるキャベツのごますあえ	牛乳 たまご さわら わかめ どうふ	こめ さとう むぎ ごま あぶら でんぷん	にんじん しめじ にんじん たまねぎ キャベツ えのきたけ ほうれんそう	602 28.5
16	火	むぎごはん	○	はっほうさい もやしときゅうりのナムル ヨーグルト	牛乳 いか ぶたにく うずら なると ヨーグルト	こめ でんぷん むぎ ごまあぶら あぶら	しょうが キャベツ チンゲンサイ にんにく にんじん たけのこ もやし たまねぎ しいたけ きゅうり	577 24.6
17	水	メロンパン	○	しろはなまめのシチュー コーンサラダ	牛乳 チーズ とりにく しろはなまめ ベーコン	パン あぶら バター さとう こむぎこ じゃがいも	たまねぎ グリンピース コーン にんじん キャベツ マッシュルーム きゅうり	657 21.7
18	木	わかめ じゃこごはん	○	にくじゃが おかかあえ	牛乳 ぶたにく ちりめんじゃこ かつおぶし わかめ	こめ さとう むぎ あぶら じゃがいも	たまねぎ さやえんどう もやし にんじん ほうれんそう しらたき キャベツ	555 21.8
19	金	ツナとコーンの ピラフ	○	とりのからあげ やさいスープ	牛乳 ベーコン ツナ とりにく	こめ じゃがいも あぶら でんぷん	たまねぎ たまねぎ キャベツ コーン しょうが ほうれんそう グリーンピース にんじん マッシュルーム	602 25.8
22	月	はちみつパン	○	ひよこまめとシーフードのトマトに マカロニサラダ	牛乳 あさり いか ひよこまめ えび	パン じゃがいも あぶら マカロニ さとう	たまねぎ キャベツ にんじん コーン きゅうり	674 27.4
23	火	むぎごはん	○	なまあげとぶたにくのみそに からしあえ くだもの(きよみオレンジ)	牛乳 みそ ぶたにく なまあげ	こめ さとう むぎ あぶら	しょうが たけのこ こまつな きよみオレンジ たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん ピーマン もやし	633 26.9
24	水	はるやさいの スパゲティ	○	しんじゃがフライ わかめサラダ	牛乳 あさり ベーコン わかめ えび	めん さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら	キャベツ にんにく アスパラガス きゅうり たまねぎ コーン	598 23.2
25	木	だいずいり ひじきごはん	○	ししゃもフライ せんだごじる ★熊本県の郷土料理★	牛乳 あぶらあげ ひじき とりにく ししゃも だいず かまぼこ	こめ じゃがいも あぶら さとう	にんじん ねぎ しいたけ こんにゃく こまつな たまねぎ だいこん	625 22.3
26	金	こどもパン	○	じゃがいものカレーに かいそうサラダ	牛乳 ぶたにく かいそう	パン さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	たまねぎ グリンピース コーン にんじん だいこん マッシュルーム きゅうり	609 21.8
30	火	たけのこごはん	○	ほきのごまみそがけ こまつなのいそかあえ かしわもち ★たんのこの節句献立★ ★さいたま市民の日献立★	牛乳 あぶらあげ とりにく みそ ほき のり	こめ ごま あぶら かしわもち さとう でんぷん	たけのこ キャベツ こまつな もやし	652 26.6

※都合により献立を変更する場合があります。

～献立紹介～

10日 給食スタート

みなさん、給食の準備は整っていますか？

給食着、帽子、マスク、ハンカチ、ナフキン、おはしを忘れずに持ってきましょう。

17日 1年生給食スタート

1年生にとって初めての給食ですね。小学校では自分たちで給食の準備や後かたづけをします。

まずは、給食着を一人で着られるようにしましょう。

大里小の調理員さんは、いつもおいしい給食を作っています。楽しみにしててくださいね。

30日 さいたま市民の日献立

「さいたま市民の日」は、郷土であるさいたま市の歴史や文化に親しみ、魅力あるさいたま市を将来にわたってつくっていくことを期する日として制定されました。

給食では献立に地場産物を取り入れています。

- ・たけのこご飯…西区『原田農園』のお米を使っています。
- ・小松菜サラダ…緑区『若谷農園』の小松菜を使っています。

