

令和6年度 8・9月分学校給食予定献立表

さいたま市立大門小学校

日	曜	こ ん だ て		あ か き		み ど り		栄養価 たんぱく質g	
		主 食	牛乳	お か す	血・骨・肉になる 食べもの	働く力・体温になる 食べもの	体の調子をとのえる 食べもの		
30	金	わかめごはん	牛乳 とんじる	さばのしおやき わかめ さば ぶたにく	牛乳 わかめ さば ぶたにく	こめ あぶら こんにゃく じゃがいも	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こまつな	571 22.8	
2	月	ナン	牛乳 かいらせうサラダ れいとうみかん	まめいりキーマカレー かいらせうサラダ れいとうみかん	牛乳 ぶたにく ひよこまめ かいらせうミックス	ナン じゃがいも あぶら さとう こまあぶら こま	たまねぎ にんじん セロリ にんにく しょうが グリンピース トマト キャベツ きゅうり コーン みかん	543 25.3	
3	火	ごはん	牛乳 じゃがマーボー ちゅうかあえ	じゃがマーボー ちゅうかあえ	牛乳 ぶたにく わかめ	こめ あぶら じゃがいも さとう でんぷん こまあぶら	しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ しいたけ グリンピース たまねぎ もやし きゅうり	541 21.6	
4	水	おろしうどん	牛乳 おひたし	こざかないりまつばいも おひたし	牛乳 ぶたにく あぶらあげ にほし	うどん さとう でんぷん さつまいも はちみつ あぶら	しめじ たまねぎ だいこん にんじん しょうが もやし キャベツ こまつな	556 23.7	
5	木	ごはん	牛乳 さわらのごまみそかけ けんちんじる	さわらのごまみそかけ けんちんじる	牛乳 さわら とうふ	こめ あぶら でんぷん さとう こま じゃがいも こんにゃく	だいこん にんじん ごぼう ねぎ えのきたけ こまつな	627 23.2	
6	金	ビビンバ (ごはん)	牛乳 わかめスープ フロースヨーグルト	わかめスープ フロースヨーグルト	牛乳 ぶたにく とりにく わかめ こんぶ フロースヨーグルト	こめ あぶら こまあぶら さとう でんぷん	にんにく しょうが にんじん もやし こまつな たまねぎ えのきたけ はくさい だいこん ねぎ	580 24.4	
9	月	くろパン	牛乳 オムレツ こまつなわかめのサラダ ジャガペーススープ	オムレツ こまつなわかめのサラダ ジャガペーススープ	牛乳 たまご わかめ ベーコン	パン こくとう さとう あぶら こま じゃがいも	こまつな きゅうり コーン キャベツ にんじん たまねぎ	540 20.7	
10	火	ごはん	牛乳 さつまいもとりにくのうまに ごしきあえ	さつまいもとりにくのうまに ごしきあえ	牛乳 とりにく	こめ あぶら でんぷん さつまいも さとう	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ グリンピース こまつな キャベツ もやし コーン	606 21.5	
11	水	ナッツいり ちゅうかだきこみごはん	牛乳 あじフライ たまねぎのみそしる	あじフライ たまねぎのみそしる	牛乳 ぶたにく あじ わかめ あぶらあげ	こめ さとう こまあぶら カツオパッツ パンこ あぶら こむぎこ	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ えのきたけ こまつな ねぎ	597 25.7	
12	木	ペペロンチーノ	牛乳 かぼちゃとだいずのあまからあげ フルーツポンチ	かぼちゃとだいずのあまからあげ フルーツポンチ	牛乳 ベーコン ウインナー だいず	スパゲッティ オリーブあぶら あぶら でんぷん さとう	にんにく たまねぎ キャベツ にんじん パセリ かぼちゃ みかん パイン もも りんごゼリー みかんゼリー	585 20.2	
13	金	ごはん	牛乳 すきやきふうに みそあえ	すきやきふうに みそあえ	牛乳 ぶたにく とうふ わかめ	こめ あぶら しらすき さとう こまあぶら	にんじん はくさい えのきたけ しめじ ねぎ キャベツ きゅうり	558 24.9	
16	月	十五夜献立 敬老の日							
17	火	さつまいもごはん	牛乳 さけのさいきょうやき つきみだんごじる おつきみゼリー	さけのさいきょうやき つきみだんごじる おつきみゼリー	牛乳 さけ とりにく あぶらあげ	こめ さつまいも あぶら こま さといも ゼリー さとう しらすだんご	だいこん こまつな にんじん ねぎ しいたけ みかん	544 25.1	
18	水	ジャージャーめん	牛乳 まめといものかりんとう だいこんときゅうりのちゅうかつ	まめといものかりんとう だいこんときゅうりのちゅうかつ	牛乳 ぶたにく だいず	ちゅうかめん さとう あぶら でんぷん さつまいも こまあぶら	たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ にら にんにく しょうが しいたけ だいこん きゅうり	597 26.3	
19	木	★食育の日 ごはん	牛乳 みそかつ そくせきづけ はちはいじる	みそかつ そくせきづけ はちはいじる	牛乳 ぶたにく とうふ あぶらあげ	こめ あぶら さとう こんにゃく さといも でんぷん パンこ でんぷん	キャベツ きゅうり にんじん こほう しいたけ ねぎ	606 23.5	
20	金	うまにどん (ごはん)	牛乳 スパイシーピーンズ いそかあえ	スパイシーピーンズ いそかあえ	牛乳 ぶたにく いか えび だいず のり	こめ あぶら さとう でんぷん	しょうが たまねぎ にんじん はくさい チンゲンサイ たけのこ しいたけ にんにく こまつな キャベツ もやし	557 26.1	
23	月	振替休日							
24	火	ごはん	牛乳 さんまのかばやき ゆかりあえ すましじる	さんまのかばやき ゆかりあえ すましじる	牛乳 さんま わかめ かまぼこ	こめ あぶら でんぷん さとう	キャベツ きゅうり こまつな にんじん えのきたけ しそ	606 24.8	
25	水	こどもパン	牛乳 さつまいもシチュー コーンサラダ	さつまいもシチュー コーンサラダ	牛乳 ベーコン とりにく しらはなまめ チーズ	パン さつまいも こむぎこ あぶら パター さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅうり コーン	566 22.1	
26	木	ごはん	牛乳 なまあげとなすのみそいため わふうサラダ	なまあげとなすのみそいため わふうサラダ	牛乳 なまあげ ぶたにく わかめ	こめ あぶら さとう でんぷん こまあぶら こま	なす たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ にら しょうが キャベツ もやし だいこん	612 24.9	
27	金	カレーピラフ	牛乳 ししゃもフライ ミネストローネ	ししゃもフライ ミネストローネ	牛乳 とりにく ししゃも ベーコン ひよこまめ	こめ バター あぶら じゃがいも マカロニ パンこ こむぎこ	にんじん マッシュルーム たまねぎ グリンピース セロリ かぶ こまつな トマト	606 22.0	
30	月	キムたまどん (ごはん)	牛乳 あおのりポテト くきわかめのチョナムル	あおのりポテト くきわかめのチョナムル	牛乳 ぶたにく たまご あおのり こんぶ	こめ あぶら さとう でんぷん じゃがいも こま こまあぶら	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ にら ねぎ もやし えのきたけ はくさい だいこん	614 20.6	

※18日、25日は料理にも牛乳を使用しています。《おねがい》書には油性ペン等で必ず名前をつけてください。箸をなくした時は、給食室に声をかけてください。

☞ マークの日は、さいたま市緑区でつくられた、おいしいこまつなを使用します♪

◎八杯汁：愛知県の三河地方の郷土料理。野菜や豆腐、さといもなどが入ったしょうゆベースの汁物。

お知らせ：9月19日(木)～20日(金)6年生給食なし(修学旅行) 9月19日給食試食会(希望された1年生保護者対象)