

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	体の調子をととのえる 食べもの	エネルギーkcal	
30 金	わかめごはん	牛乳 とんじる	さばのしおやき わかめ とんじる	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	まめいりキーマカレー かいそうサラダ れいとうみかん	牛乳 ぶたにく ひよこまめ かいそうミックス	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	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	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	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	ピピンパ (ごはん)	牛乳	わかめスープ フローズンヨーグルト	牛乳 ぶたにく とりにく わかめ こんぶ フローズンヨーグルト	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oup	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	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	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	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	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 つきみだんこじる 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	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	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	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	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	牛乳 ベーコン とりにく しろはなまめ チーズ	パン さつまいも こむぎこ あぶら バター 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	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	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	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》箸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)