



### 4月 学校給食予定献立表



【4月の給食目標】協力しあって楽しい給食にしよう

さいたま市立田島小学校

日・曜日	こんだて			おもなざいりょう			えいようか エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)
	しゅじょく	牛乳	おかず	あか	みどり	きいろ	
				ち・にく・ほねになるもの	からだのちようしをととのえるもの	ねつ・ちからになるもの	
10 金	はちみつ パン		ポークビーンズ ひじきのマリネ	ベーコン 豚肉 大豆 チーズ ひじき 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく トマト きゅうり 大根 グリンピース	パン 油 砂糖 じゃがいも	617 26.6
13 月	キムチ チャーハン		シシヤモフリッター 中華和え	焼き豚 シシヤモ わかめ アオサ 牛乳	白菜 長ねぎ 人参 コーン ピーマン きゅうり 大根	米 麦 油 小麦粉 ごま	582 20.6
14 火	麦ご飯		肉豆腐 納豆和え	豚肉 豆腐 みそ 納豆 かつお節 牛乳	玉ねぎ 人参 しらたき 長ねぎ しょうが 小松菜 キャベツ 梅干し	米 麦 油 砂糖	563 27.9
15 水	ソイ丼 (麦ご飯)		五目スープ 清見オレンジ	大豆 豚肉 ベーコン 鶏肉 豆腐 牛乳	ピーマン 人参 チンゲン菜 しいたけ 長ねぎ オレンジ	米 麦 油 でん粉 砂糖 春雨	586 27.8
16 木	かやく ごはん		アジフライ けんちん汁	鶏肉 油揚げ 豆腐 アジ 牛乳	人参 ごぼう しいたけ こんにゃく 大根 長ねぎ えのきたけ オレンジ	米 砂糖 パン粉 油 じゃがいも	543 23.9
17 金	ツイスト パン		春野菜のクリーム煮 マカロニ入りカレー風味サラダ	鶏肉 ベーコン ハム 白花豆 チーズ 牛乳	玉ねぎ アスパラガス キャベツ 人参	パン 油 砂糖 小麦粉 バター じゃがいも マカロニ	629 24.0
20 月	中華風 炊き込みご飯		揚げ餃子 ワンタンスープ	豚肉 鶏肉 牛乳	たけのこ 人参 しいたけ もやし しょうが 玉ねぎ チンゲン菜	米 麦 ごま油 砂糖 ワンタン	589 21.6
21 火	麦ご飯		じゃがいものそばろ煮 こめこめサラダ	豚肉 わかめ 牛乳	玉ねぎ しょうが グリンピース コーン きゅうり キャベツ 人参	米 麦 米粉麺 ごま油 砂糖	578 21.0
22 水	スパゲッティ ナポリタン		チキンナゲット チーズサラダ	ウインナー チーズ 鶏肉 牛乳	にんにく 人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	スパゲッティ 油 砂糖 でん粉	613 24.9
23 木	大豆入り ひじきご飯		サバの竜田揚げ 若竹汁	サバ 大豆 鶏肉 油揚げ わかめ ひじき 牛乳	人参 こんにゃく しいたけ たけのこ えのきたけ 長ねぎ	米 砂糖 油 でん粉	592 24.6
24 金	きな粉 揚げパン		豆腐のスープ煮 コーンサラダ	きな粉 豆腐 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ きゅうり コーン	パン 砂糖 油 じゃがいも でん粉	581 23.1
27 月	麦ご飯		麻婆豆腐 海藻サラダ	豆腐 豚肉 大豆 みそ 海藻ミックス 牛乳	玉ねぎ たけのこ 人参 長ねぎ コーン しいたけ にんにく しょうが キャベツ	米 麦 ごま油 砂糖 でん粉	580 27.5
☆ さいたま市民の日こんだて ☆							
28 火	さいたまホワイトカレー (ターメリックライス)		小松菜とわかめのサラダ さいたま市産ピーツ入りゼリー	鶏肉 白花豆 わかめ 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム 小松菜 きゅうり コーン ピーツ	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉 ごま	605 21.2
☆ 子どもの日こんだて ☆							
30 木	たけのこ ご飯		こいのぼりハンバーグ 豆腐のすまし汁 柏もち	豚肉 鶏肉 豆腐 油揚げ 牛乳	たけのこ 大根 えのきたけ 玉ねぎ 人参 小松菜	米 砂糖 油 柏もち	637 25.4

\*食材等の都合により、献立の一部を変更することがありますので御了承ください。

## 御入学・御進級おめでとうございます

1年間どうぞよろしくお願ひします。給食の持ち物も、忘れずにお持ちください。

- 給食着 (1、2年生は全員)
- マスク
- ナフキン
- □ふきタオル
- はし
- 歯ブラシ

\*\*\*1年生の給食は、4月17日(金)からです\*\*\*