

令和7年



学校給食予定献立表



さいたま市立日進北小学校

日	献立名	主な食品	栄養価
7	ひきぎごはん こどもの日給食	ブリのたつたあげ こんにゃく あずきもち	Kcal 631 g 25.4
火	ひきぎごはん	ひじき	
8	わかたけうどん (じこなうどん)	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ ツナ	Kcal 609 g 25.6
水	わかたけうどん (じこなうどん)	わかめ あおのり ひじき	
9	ツナマヨトースト	ぎゅうにゅう ツナ とりにく ぶたにく ウインナー	Kcal 638 g 23.2
金	ツナマヨトースト	パン(こむぎこ マーガリン さとう) ノンエッグマヨネーズ じゃがいも あぶら ごま はるさめ でんぶ	
9	はくはん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ソーセージ	Kcal 675 g 24.8
木	はくはん	こめ こむぎこ あぶら じゃがいも さとう パンこ でんぶ	
10	フレンチサラダ しろいんげんまめのスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう スキムミルク たまご しろいんげん しろいんげんまめ とりにく ヨーグルト	Kcal 621 g 24.2
金	フレンチサラダ しろいんげんまめのスープ ヨーグルト	かんてん	
12	ちくわのいそべあげ ポテトサラダ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ ハム	Kcal 609 g 25.6
月	ちくわのいそべあげ ポテトサラダ	わかめ あおのり	
13	イカのこくとうかりんあげ たまごスープ	ぎゅうにゅう シラス かつおぶし イカ とうふ たまご	Kcal 581 g 27.2
火	イカのこくとうかりんあげ たまごスープ	のり	
14	マーボーはるさめ しゅうまい	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	Kcal 620 g 24.6
水	マーボーはるさめ しゅうまい	こめ はるさめ あぶら でんぶ じゃがいも さとう ごまあぶら こむぎこ	
14	ぶたキムチどん	ぎゅうにゅう ぶたにく ソーセージ	Kcal 581 g 24.4
火	ぶたキムチどん	こめ あぶら さとう ごま こめこ	
15	じゃがいものスペインふう に えだまめとひじきのサラダ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく エビ イカ ほたてが	Kcal 610 g 27.3
水	じゃがいものスペインふう に えだまめとひじきのサラダ	ひじき	
16	カレーピラフ	ぎゅうにゅう とりにく あさり ほたてが とうにゅう	Kcal 604 g 21.0
木	カレーピラフ	こめ あぶら バター さとう じゃがいも	
17	シシモフライ(オス) くきわかめのチヨナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく シシモ	Kcal 600 g 25.0
金	シシモフライ(オス) くきわかめのチヨナムル	くきわかめ	
20	しごくもろろ きょうどりょうり なめたけあえ うずしおじる ★ 四国地方の郷土料理 ★	ぎゅうにゅう カツオ あぶらあげ エビ かつおぶし	Kcal 587 g 25.0
月	しごくもろろ きょうどりょうり なめたけあえ うずしおじる ★ 四国地方の郷土料理 ★	わかめ	
21	あげだし豆腐の やくみソース ぐだくさんみそしる	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく あぶらあげ	Kcal 585 g 22.5
火	あげだし豆腐の やくみソース ぐだくさんみそしる	ひじき	
23	サバのみそに とうふのごもくスープ はちみつレモンゼリー	ぎゅうにゅう サバ とりにく エビ とうふ	Kcal 698 g 27.4
木	サバのみそに とうふのごもくスープ はちみつレモンゼリー	こめ さとう あぶら でんぶ ごまあぶら はちみつ みずあめ	
24	ポークカレー かいそうサラダ ヤクルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヤクルト	Kcal 643 g 22.2
金	ポークカレー かいそうサラダ ヤクルト	こんぶ わかめ おごのり 白とさかのり	
27	はんぺんフライ おかかあえ	ぎゅうにゅう しらすぼし タラ たまご ぶたにく かつおぶし とうふ あぶらあげ	Kcal 660 g 23.8
月	はんぺんフライ おかかあえ	わかめ	
28	スパゲティ ナポリタン	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー とりにく	Kcal 602 g 22.4
火	スパゲティ ナポリタン	こむぎこ あぶら じゃがいも さとう	
29	こどもパンスライス スライスチーズ	ぎゅうにゅう スキムミルク チーズ ぶたにく とりにく	Kcal 642 g 28.8
水	こどもパンスライス スライスチーズ	パン(こむぎこ ショートニング さとう) でんぶ あぶら じゃがいも	
30	あおないり チャーハン	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	Kcal 602 g 21.5
木	あおないり チャーハン	こんぶ	
学校給食給与栄養目標量 650kcal 20.5~32.2g			エネルギーたん白質 620 24.5 Kcal g

学校給食給与栄養目標量 650kcal 20.5~32.2g



郷土料理(20日:四国地方)



行事食(7日:こどもの日)

※材料などの都合により変更する場合がありますのでご了承ください。