



日	献立名			主な食品			栄養価	
	主食	牛乳	おかず	血や肉をつくる	働く力や体温になる	体の調子を整える	エネルギー	たん白質
10 金	せきはん ごましお	牛乳	サワラのさいきょうづけ すまじる きよみオレンジ	ぎゅうにゅう あずき サワラ かつおぶし マダイ とうふ あぶらあげ		こめ もちごめ ごま こまつな キャベツ にんじん みつば きよみオレンジ	584	28.6
13 月	はくはん	牛乳	とうふとひきにくのにこみ ごまじょうゆあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ		こめ しらたき あぶら さとう ごま たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう こまつな キャベツ	624	26.7
14 火	はくはん	牛乳	メルルーサのなんぼんづけ ひじきのマリネ けんちんじる	ぎゅうにゅう メルルーサ ハム とうふ	ひじき	こめ でんぶん あぶら ごま さとう ごまあぶら じゃがいも こんにやく	578	22.5
15 水	きつねうどん (じこなうどん)	牛乳	チキンチキンごぼう ゆかりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにく		うどん(こむぎこ) さとう でんぶん あぶら にんじん ねぎ しいたけ ごぼう だいこん キャベツ ゆかり	644	29.9
16 木	あおなとハムの ピラフ	牛乳	こふきいも ミネストローネ	ぎゅうにゅう ハム とりにく	あおりの	こめ パター あぶら こむぎこ たまねぎ マッシュルーム こまつな きいろパプリカ にんじん セロリー にんにく トマト パセリ	575	22.8
17 金	くろパン	牛乳	1ねんせい きゅうしょくかいし とりにくのからあげ マカロニサラダ やさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ぶたにく		パン(こむぎこ マーガリン ことう ピートとう) でんぶん みずあめ こめこ あぶら さとう じゃがいも	633	29.6
20 月	はくはん	牛乳	じゃがいものそぼろに バリバリサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく		こめ じゃがいも さとう あぶら こむぎこ しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり キャベツ アスパラガス	631	23.0
21 火	かしわめし	牛乳	九州地方の郷土料理 ★ チキンなんぼん のっぺいじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ		こめ ごまあぶら さとう あぶら じゃがいもこんにやく でんぶん	646	22.5
22 水	はくはん	牛乳	サバのしおやき とうふのスープ みかんゼリー	ぎゅうにゅう サバ とうふ あぶらあげ		こめ じゃがいも あぶら みずあめ さとう だいこん にんじん たまねぎ こまつな みかん	638	22.7
23 木	こまつなピピンバ どん(はくはん)	牛乳	スندゥップ マスカットヤクルト	ぎゅうにゅう ぶたにく アサリ とうふ		こめ さとう ごまあぶら ごま さとう にんにく だいこん にんじん もやし こまつな はくさい たまねぎ ねぎ マスカット	578	22.3
24 金	ソフトフランスパン いちごジャム	牛乳	世界の食事 (フランス) ★ ポトフ さわやかサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー		パン(こむぎこ ショートニング さとう) みずあめ じゃがいも あぶら いちご たまねぎ にんじん キャベツ セロリー なつみかん きゅうり	584	24.1
27 月	はくはん	牛乳	マーボー豆腐 ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ		こめ さとう あぶら でんぶん ごまあぶら ごま たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが しいたけ グリーンピース もやし だいこん こまつな	614	25.5
28 火	パプリカライス	牛乳	さいたま市民の日 ★ きゅうしょくかいし わかやさんちの こまつなカレー とうふサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	わかめ	こめ じゃがいも あぶら でんぶん さとう きつまいも こごまあぶら たまねぎ にんじん りんご セロリー にんにく しょうが トマト こまつな ブロッコリー とうもろこし もやし パプリカ	613	23.4
29 水	しょうわひ 昭和の日							
30 木	がつにちど ふりかえききゅうぎょうび 4月18日(土)の振替休業日							

学校給食給与栄養目標量 650kcal 20.5~32.2g

★...さいたま市民の日給食(28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。

★...郷土料理(21日:九州地方)

★...世界の国の食事(24日:フランス)

1年生の給食は、4月17日(金)から始まります。  
お盆の下には、ナフキンを敷きますので、忘れずに持たせるようにしてください。



5月1日は、さいたま市民の日です。そのため、「さいたま市民の日給食」を、すべての市立小・中・中等教育・特別支援学校(165校)で実施します。さいたま市産の食材を給食に取り入れています。日進北小の給食は、年間を通してさいたま市産の食材をできるだけ多く使用するように心掛けています。

