

令和6年度



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	
曜	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
3	★ ひなずし	ひなまつり	キビナゴのサクサクあげ	ぎゅうにゅう	かんてん	にんじん しいたけ さやえんどう	593	24.1
月			すましじる ★ みたらしいりだんご	とりにく キビナゴ とうふ ツナ	こめ さとう あぶら ごま こむぎこ でんぶん こめこ	れんこん ねぎ なのはな		
4	はくはん		なまあげのすきに あおのりポテト	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ	こめ こんにやく さとう でんぶん ごま ノンエッグマヨネーズ	にんじん こまつな たまねぎ れんこん きゅうり	637	27.1
火			れんこんサラダ	ハム				
5	にちきたりんごパン (コッペパン・いちごジャム)		ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう スキムミルク	パン(こむぎこ ショートニング さとう)	たまねぎ にんじん こまつな	578	22.5
水			ラビオリスープ	とりにく ツナ たまご	マーガリン ジャがいも ノンエッグマヨネーズ ごま パンこ でんぶん あぶら	りんご いちご ごぼう キャベツ		
6	エコまい		サバのごまみそかけ	ぎゅうにゅう	こめ さとう ごま	だいこん ごぼう にんじん	591	25.9
木			けんちんじる	サバ とりにく とうふ	ジャがいも こんにやく	こまつな ねぎ		
7	かんさいふううどん (じこなうどん)		イカのでんぶら	ぎゅうにゅう	めん(こむぎこ) あぶら	にんじん ねぎ みずな	566	24.6
金			もやしとわかめのあえもの	あぶらあげ イカ かつおぶし	こんぶ わかめ	もやし はくさい		
10	はくはん		はっばうさい	ぎゅうにゅう	こめ あぶら ジャがいも	はくさい にんじん ねぎ かぶ	602	24.9
月			はるまき あさづけ	ぶたにく イカ	さとう でんぶん はるさめ こむぎこ でんぶん みずあめ	しいたけ にんにく しょうが ピーマン たけのこ たまねぎ キャベツ		
11	はくはん		ボークカレー	ぎゅうにゅう	こんぶ わかめ	たまねぎ にんじん りんご	623	23.4
火			かいそうサラダ	とりにく	あおのり ふのり	セロリー にんにく しょうが		
			ヨーグルト	ヨーグルト	まふのり とさかのり	もやし		
12	コッペパン・いちごジャム (にちきたりんごパン)		クラムチャウダー	ぎゅうにゅう スキムミルク	パン(こむぎこ ショートニング さとう) でんぶん ジャがいも あぶら	にんにく たまねぎ ブロッコリー	586	19.8
水			ひじきのピリッとサラダ	ソーセージ あさり かまぼこ		キャベツ きゅうり にんじん		
13	エコまい		かじょうとうふ	ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう でんぶん	しいたけ にんじん ねぎ しめじ	613	26.2
木			きゅうりとたくあんの あえもの	なまあげ ぶたにく	ごまあぶら ごま	キャベツ しょうが にんにく きゅうり だいこん		
14	なのはなごはん		さわにわん	ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら ごま	にんじん なのはな ごぼう	651	22.4
金			チョコむしパン	たまご とりにく なまあげ	しらたき でんぶん マーガリン ホットケーキミックス チョコレート	だいこん ねぎ		
17	コーヒーあげパン (コッペパン)		まめいり	ぎゅうにゅう スキムミルク	パン(こむぎこ ショートニング さとう) あぶら ジャがいも	たまねぎ にんじん マッシュルーム	654	21.3
月			ボークストロガノフ	ぶたにく しろいんげんまめ なまクリーム		はくさい きゅうり キャベツ みかん		
18	エコまい		かいせんスープに	ぎゅうにゅう	こめ でんぶん あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ	682	22.5
火			キャラメルポテト	エビ イカ ぶたにく バター	さつまいも さとう はちみつ			
19	★ せきはん ごましお		そつぎょう しんきゅういわい	ぎゅうにゅう	こめ もちごめ でんぶん	にんじん たまねぎ だいこん	658	24.0
水			とりにくとじゃがいもの うまに	あずき とりにく	あぶら さとう ジャがいも ごま	さやいんげん こまつな もやし とうもろこし ぶどう		

学校給食給与栄養目標量 650kcal 20.5~32.2g



…行事食(3日:ひな祭り、19日:卒業・進級祝い)

※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。