

令和7年

4 月分 予定献立表

さいたま市立大成小学校

日(曜)	献立名			主な食品									栄養価	
	主食	牛乳	おかず	1群 魚・肉・卵・豆	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物			5群 穀類・いも・砂糖	6群 油脂類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
10(木) ★	ポークカレー (むぎごはん)			ぶたにく		にんじん	たまねぎ	にんにく	しょうが	こめ むぎ	じゃがいも	あぶら マーガリン	641	
			てづくりふくじんづけ			きゅうり	だいこん	れんこん しょうが	さとう			19.9		
	2～6年生給食開始				ぎゅうにゅう									
11(金) ★	むぎごはん									こめ	むぎ		652	
			おやこに	たまご	とりにく なまあげ	さやいんげん にんじん	たまねぎ		じゃがいも	さとう	あぶら			
			くきわかめのピリからあえ		くきわかめ		キャベツ	きゅうり	もやし にんにく	さとう	ごまあぶら		25.4	
14(月) ★	こどもパン									こむぎこ	さとう		541	
			チリコンカン	だいたす	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ	パセリ	じゃがいも	さとう	あぶら	21.5	
			こまつなとかわけのサラダ		わかめ	こまつな	きゅうり	とうもろこし	さとう	あぶら	ごま			
15(火)	かしわめし			とりにく あぶらあげ たまご		にんじん	ほししいたけ	ごぼう	こんにゃく	こめ でんぷん	さとう	あぶら	582	
			あじフライ	メアジ					パンこ こむぎこ でんぷん	あぶら				
			せんだごじる	かまぼこ		こまつな にんじん	だいこん たまねぎ ながねぎ	ほししいたけ	じゃがいももち			25.7		
16(水)	きつねうどん (じごなうどん)			あぶらあげ とりにく	わかめ	にんじん	ながねぎ	ほししいたけ		こむぎこ	さとう		618	
			ししゃもフライ		ししゃも			パンこ こむぎこ でんぷん	あぶら		26.8			
			こんぶあえ		こんぶ	キャベツ	きゅうり							
17(木) ★	フラワーロール									こむぎこ	さとう	マーガリン	616	
			ポテトのミートソースあえ	ぶたにく	だいたす		にんじん トマト	たまねぎ	グリーンピース	にんにく	じゃがいも	あぶら	24.6	
			コーンサラダ			ぎゅうにゅう		キャベツ きゅうり	とうもろこし たまねぎ	さとう	あぶら			
18(金) ★	むぎごはん									こめ むぎ			647	
			マーボーどうふ	とうふ だいたす	ぶたにく みそ	にんじん	たまねぎ たけのこ	ながねぎ ほししいたけ	にんにく しょうが	さとう	でんぷん	あぶら ごまあぶら	25.0	
			はるさめサラダ			こまつな にんじん	だいこん	きゅうり	はるさめ	さとう	ごま ごまあぶら			
21(月) ★	チキンピラフ			とりにく		にんじん	たまねぎ	マッシュルーム	グリーンピース	こめ		マーガリン あぶら	556	
			いかのカレーメンチ	いか	スケソウダラ			たまねぎ		パンこ こむぎこ でんぷん	さとう	あぶら	21.2	
			ミネストローネ	ベーコン	しろいんげんまめ		にんじん トマト	たまねぎ	キャベツ	にんにく	じゃがいも	マカロニ さとう		あぶら
22(火)	むぎごはん									こめ むぎ			621	
			にくじゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ	しらたき	じゃがいも	さとう	あぶら			
			ごますあえ			こまつな	キャベツ	もやし	さとう	ごま	20.4			
23(水) ★	ツイストパン									こむぎこ	さとう		562	
			はるやさいのクリームに	とりにく ベーコン	しろはなまめ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん アスパラガス	たまねぎ	キャベツ	じゃがいも	こむぎこ	バター あぶら	21.1	
			かいそうサラダ			かいそう		だいこん	きゅうり	とうもろこし	さとう	ごまあぶら		
24(木) ★	チャーハン			ぶたにく		にんじん あおピーマン	たまねぎ		しょうが	こめ		あぶら ごまあぶら	573	
			はるまき	とりにく	ホタテエキス		にんじん	たけのこ たまねぎ	キャベツ	ほししいたけ	こむぎこ でんぷん	はるさめ さとう	あぶら	20.7
			たまごいりわかめスープ	たまご	わかめ	こまつな にんじん	たまねぎ	しめじ	でんぷん					
25(金)	むぎごはん									こめ むぎ			611	
			いわしのかんろに	いわし				しょうが	さとう	でんぷん		21.3		
			はるやさいのみそしる	あぶらあげ	みそ		にんじん	かぶ	ふき	うど	ながねぎ		こんにゃく	じゃがいも
28(月)	たけのこごはん									こめ むぎ			630	
			さわらのたつたあげ	さわら				しょうが	でんぷん	あぶら				
			とんじる	ぶたにく	とうふ みそ	にんじん	だいこん	ごぼう	ながねぎ	こんにゃく	じゃがいも	あぶら	26.3	
30(水)	むぎごはん									こめ むぎ			630	
			にくどうふ	ぶたにく	とうふ		にんじん	たまねぎ	ながねぎ	しらたき	しょうが	さとう		あぶら
			こまつなのいそかあえ		のり	こまつな	もやし	キャベツ				24.3		
ヌッのオレンジゼリー					オレンジ果汁	みかん果汁	さとう	こなあめ						
	さいたま市民の日給食				ぎゅうにゅう									
・ 献立は食材料等の都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ・ 作り方や、加工食品の食材料等を知りたい場合は栄養士までお問い合わせください。 ・ 4月の給食で使用する小松菜は、さいたま市緑区若谷農園さんの野菜を使用する予定です。					・ 4月よりスプーンの提供を再開します。★マークのついている日はスプーンがつきます。 ・ 令和7年4月の給食開始は、新2年生～新6年生は4月10日（木）から、新1年生は4月17日（木）からです。持ち物に記名されているかどうかの確認をお願いいたします。						平均 栄養量	エネルギー 602 kcal	たんぱく質 23.2	