

令和8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(金) ★	チキンカレー (むぎごはん)		とりにく			にんじん	たまねぎ りんご	にんにく しょうが	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	650		
			てつくりふくじんづけ				きゅうり だいこん れんこん しょうが	さとう			20.3		
2~6年生給食開始													
13(月)	むぎごはん		いわしのかんろに	いわし			しょうが		こめ むぎ		616		
			はるやさのみそしる	あぶらあげ みそ		にんじん	かぶ ぶき うど ながねぎ こんにゃく	じゃがいも	さとう				
			そくせきづけ				キャベツ きゅうり						21.5
ぎゅうにゅう													
14(火) ★	むぎごはん		はっほうさい	えび いか うすらたまご		にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ	たまねぎ しょうが	こめ むぎ	あぶら	596		
			ぶたにく かまぼこ			チンゲンサイ	たけのこ ほししいたけ	でんぷん					
			ピリからきゅうり				きゅうり にんにく しょうが とうがらし	さとう	ごまあぶら				24.7
ぎゅうにゅう													
15(水)	ぎつなうどん (しじょううどん)		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			617		
			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				
			こんぶあえ	こんぶ		キャベツ きゅうり				26.7			
ぎゅうにゅう													
16(木)	たかなめし		ぶたにく		たかな			こめ	ごまあぶら	あぶら	577		
			さばのたつたあげ	マサバ			しょうが	でんぷん					
			つぼんじる	とりにく ちくわ なまあげ		にんじん	ごぼう だいこん ほししいたけ ながねぎ	さといも	あぶら	25.4			
熊本県の郷土料理													
17(金) ★	ツイストパン		ポテトのミートソースあえ	ぶたにく だいす		にんじん トマト	たまねぎ にんにく グリンピース		こむぎこ さとう	あぶら	627		
			コンサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	さとう	あぶら	25.4			
			1年生給食開始										
20(月) ★	むぎごはん		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく だいす 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		こめ むぎ	あぶら ごまあぶら	647		
			はるさめサラダ			にんじん こまつな	だいこん きゅうり	はるさめ	さとう	ごま ごまあぶら			24.9
			ぎゅうにゅう										
21(火)	わかめじゃこごはん		わかめ	わかめ ちりめんじゃこ					こめ むぎ さとう	ごま	588		
			あじフライ	メアジ				パンこ こむぎこ でんぷん	あぶら				
			みそしる	あぶらあげ みそ		にんじん こまつな	たまねぎ しめじ ながねぎ	じゃがいも		22.4			
ぎゅうにゅう													
22(水) ★	くろパン		ホークビーンズ	ぶたにく ベーコン だいす	チーズ	にんじん トマト	たまねぎ にんにく		こむぎこ こくとう	マーガリン	613		
			グリーンサラダ				キャベツ きゅうり アスパラガス	さとう	あぶら				
			ぎゅうにゅう										
23(木) ★	たまごどん (むぎごはん)		たまご	とりにく		にんじん	たまねぎ たけのこ ほししいたけ		こめ むぎ でんぷん		624		
			いそかあえ		のり	こまつな	もやし キャベツ	さとう					
			ぎゅうにゅう										
24(金) ★	チャーハン		ゆきぶた		にんじん ちりめん	たまねぎ		こめ	ごまあぶら	あぶら	582		
			はるまき	とりにく		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 はるさめ でんぷん さとう	あぶら				
			わかめスープ	なると とりにく	わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ		ごま	22.6			
ぎゅうにゅう													
27(月)	むぎごはん		すきやきぶうに	ぶたにく とうふ		にんじん	はくさい えのきだけ しめじ しらたき ながねぎ		こめ むぎ	あぶら	648		
			さいたま市産こまつなごまあえ			こまつな	キャベツ もやし	さとう	ごま				
			さいたま市産ピーツワリゼリー				ピーツパウダー レモン果汁	さとう	みずあめ	24.7			
さいたま市民の日献立													
28(火)	たけのこごはん		あぶらあげ とりにく		さやえんどう	たけのこ		こめ	さとう	あぶら	571		
			さわらのおおりのあげ	さわら	あおのり			でんぷん	あぶら				
			とんじる	ぶたにく とうふ みそ		にんじん こまつな	だいこん ごぼう こんにゃく ながねぎ	じゃがいも	あぶら	25.5			
ぎゅうにゅう													
30(木) ★	こどもパン		はるやさのクリームに	とりにく ベーコン しほはなまめ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ アスパラガス キャベツ		こむぎこ さとう		569		
			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	こむぎこ じゃがいも	あぶら	バター			
			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月の給食で使用の小松菜は、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。

・令和8年4月の給食開始は、新2年生~新6年生は4月10日(金)から、
 新1年生は4月17日(金)からです。
 お箸や小袋などの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	たんぱく質
609 kcal	24.2 g