

令和8年度 4月分学校給食予定献立表

さいたま市立辻小学校



日	曜	こ ん だ て			あ か	き	み ど り	栄養価
		主 食	牛乳	お か ず	血・肉になる 食べもの	働く力・体温になる 食べもの	体の調子をとのえる 食べもの	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
10	金	せきはん (ごましお)	牛乳	さわらのたつたあげ	牛乳 ささげ さわら とうふ	もちごめ あぶら ごま こむぎこ じゃがいも	だいこん にんじん ごぼう しんたまねぎ たけのこ	582
				はるやさいのけんちんじる				22.9
13	月	むぎごはん	牛乳	いかととうふのチリソース	牛乳 いか とうふ	こめ むぎ あぶら でんぶん さとう こま	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト しょうが にんにく ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし	595
				はるさめサラダ				24.9
14	火	ナポリタン	牛乳	バジルポテト	牛乳 ウインナー ツナ だいず	こむぎこ マーガリン あぶら じゃがいも さとう	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム あおピーマン トマト キャベツ きゅうり とうもろこし バジル	560
				ツナサラダ				20.8
15	水	ソイどん (むぎごはん)	牛乳	なめこじる	牛乳 だいず ぶたにく ベーコン とうふ	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ	こまつな にんじん たまねぎ だいこん にんじん なめこ ねぎ もやし キャベツ	596
				おひたし				26.5
16	木	にんじんピラフ	牛乳	はるやさいのクリームに	牛乳 ハム とりにく ベーコン しらはなまめ チーズ だいず	こめ マーガリン あぶら じゃがいも こむぎこ パター さとう	にんじん たまねぎ マッシュルーム たまねぎ にんじん アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこし	599
				コーンサラダ				22.8
17	金	むぎごはん	牛乳	にくじゃが	牛乳 ぶたにく	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう ゼラチン	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ もやし えのきだけ	560
				なめだけあえ				20.4
20	月	こどもパン	牛乳	あかうおのしょうゆやき	牛乳 ぶたにく ひよこまめ だいず	こむぎこ さとう あぶら じゃがいも マーガリン	たまねぎ あおピーマン にんにく トマト キャベツ あかピーマン とうもろこし バジル	592
				とりにくとひよこまめのカレーに				24.5
21	火	かしわめし	牛乳	せんだごじる	牛乳 とりにく あぶらあげ あかうお ぶたにく	こめ さとう ごまあぶら じゃがいも	にんじん しいたけ ごぼう だいこん たまねぎ ねぎ えのき こまつな	595
				さくらいろゼリー				20.8
22	水	はるのかおりうどん	牛乳	ししゃもしおこしょうフライ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ なると ししゃも	こむぎこ さとう あぶら かたくりこ こま	にんじん ねぎ えのきだけ わらび ぶなしめじ なめこ しいたけ こまつな きゅうり もやし	575
				ごますあえ				23.6
23	木	チュモッパふうごはん	牛乳	ヤンニョムチキン	牛乳 ぶたにく のり とりにく ベーコン だいず	こめ あぶら さとう ごまあぶら こま こめこ	にんじん にんにく だいこん トマト たまごだけ しめじ もやし こまつな	624
				こまつなスープ				25.8
24	金	むぎごはん	牛乳	にくとうふ	牛乳 ぶたにく とうふ のり	こめ むぎ あぶら さとう	たまねぎ にんじん しょうが ねぎ こまつな キャベツ もやし かわちばんかん	589
				いそかあえ				26.0
27	月	たけのこごはん	牛乳	サバのねぎみそやき	牛乳 とりにく あぶらあげ さば わかめ たまご	こめ あぶら かたくりこ さとう	にんじん たけのこ さやえんどう ねぎ たまねぎ	602
				かきたまじる				24.7
28	火	デニッシュペストリー	牛乳	まめとソーセージのトマトに	牛乳 ウインナー ひよこまめ しろいんげんまめ わかめ こんぶ ヨーグルト	こむぎこ さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら こま	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり とうもろこし	596
				かいそうサラダ				23.4
30	木	ターメリックライス	牛乳	カリノケールいりキーマカレー	牛乳 とりにく ぶたにく しらはなまめ だいず	こめ マーガリン あぶら じゃがいも さとう こま	にんにく しょうが カリノケール セロリー にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト こまつな きゅうり とうもろこし	573
				わかやさんのこまつなとわかめのサラダ				22.1

※都合により献立を変更することもありますのでご了承ください。

【お知らせ】箸、スプーン、フォークは、給食室で用意します。持参する場合は、名前の記載をお願いいたします。

☞ マークの日は、さいたま市緑区でつくられた、おいしいこまつなを使用します♪

🎉ご入学・ご進級おめでとうございませう🎉

いよいよ新学期が始まりました。今年度も辻小学校のみなさんが、毎日元気に笑顔で過ごせるように、給食を通して健康な体づくりのお手伝いをしていきたいと思ひます。1年生の給食は4月17日(金)から始まります。初めての学校生活ですが、勉強や運動に元氣いっぱい取り組んでください。給食もクラスのお友達と一緒に、楽しく食べてもらえると嬉しいです。

☆給食室スタッフ紹介☆

心をこめて安全でおいしい給食づくりに取り組みます。よろしくお願ひします。
 ・栄養教諭 1名
 ・調理員 7名
 (調理業務は民間委託で、株式会社DCEの調理員さんが作ります。)