



令和8年 3月 学校給食予定献立表

さいたま市立大砂土東小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や筋肉をつくる	黄色の仲間 働く力や熱になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
2 (月)	キムチチャーハン 		6年生の献立 カラフルマリネ おそうにスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	こめ あぶら さとう しらたまだんご こまあぶら	にんじん はくさい たまねぎ ビーマン だいこん えだまめ コーン こまつな ブロッコリー	602 20.0
3 (火)	ごはん 		ひなまつり献立 6年生の献立 マーボとうふ じゃこいりポテト ひなケーキ(乳卵なし)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ ちりめんじゃこ	ごはん でんぷん あぶら さとう じゃがいも ひなケーキ(乳卵なし)	にんじん にんにく しょうが たまねぎ グリンピース ねぎ ほししいたけ	692 24.3
4 (水)	ごはん 		とりそぼろ ワンタンスープ せとか	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ごはん でんぷん あぶら じゃがいも さとう ワンタンのかわ	れんこん にんじん たまねぎ しょうが もやし ほうれんそう せとか	666 26.5
5 (木)	ごはん 		じゃがいものケチャップに きりほしだいこんのおひたし	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく まぐろ	ごはん じゃがいも あぶら こま さとう でんぷん	にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ もやし だいこん	601 20.3
6 (金)	わかめごはん 		6年生の献立 ジャンボぎょうざ ABCスープ ヨーグルトレーズン	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルトレーズン ぶたにく とりにく	ごはん マカロニ さとう あぶら こまあぶら ぎょうざ	にんじん コーン マッシュルーム たまねぎ こまつな	615 22.8
9 (月)	ナン 		インドの献立 キーマカレー コールスローサラダ いちごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ハム	ナン あぶら バター さとう こむぎこ じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく しょうが きゅうり セロリ いちごゼリー	613 23.6
10 (火)	みぞれ にこみうどん 		ショーロンポー キャベツのチキンあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ショーロンポー	うどん さとう あぶら こまあぶら	にんじん えのき ねぎ ほうれんそう だいこん きゅうり キャベツ	609 27.4
11 (水)	ごはん 		東北応援献立 6年生の献立 あぶらぶのたまごとじに いそかあえ いもようかん(乳卵なし)	ぎゅうにゅう たまご なまあげ のり とりにく	ごはん さとう あぶら こまあぶら じゃがいも いもようかん(乳卵なし)	にんじん えのき たまねぎ もやし キャベツ	688 24.7
12 (木)	まっちゃんあげパン 		6年生の献立 フレンチサラダ ぶたキムチスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	パン あぶら でんぷん さとう	はくさい キャベツ にんじん もやし にら きゅうり みかん缶 たけのこ たまねぎ	632 18.3
13 (金)	ごはん さけふりかけ 		6年生の献立 うましおにくじゃが てりやきチキン ガトーショコラ(乳卵なし)	ぎゅうにゅう さけふりかけ ぶたにく とりにく	ごはん あぶら じゃがいも こまあぶら しらたき さとう ガトーショコラ(乳卵なし)	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース	620 23.5
16 (月)	やまがたしよくパン メープルジャム 		カナダの献立 マリネサラダ サーモンチャウダー	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン さけ ハム	パン じゃがいも さとう あぶら バター メープルジャム	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり	623 22.3
17 (火)	すめし てまきのり 		イカスティック ツナマヨネーズ すましじる	ぎゅうにゅう いか ぶたにく のり まぐろ かまぼこ とりにく とうふ	ごはん あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ きゅうり ほうれんそう	678 32.4
18 (水)	たごめし 		あかうおのしおこうじやき フルーツポンチ	ぎゅうにゅう あかうお たご	こめ オレンジゼリー こんにゃくゼリー さとう グレーゼリー サイダーゼリー あぶら	にんじん こまつな	607 22.4
19 (木)	せきはん ごましお 		お祝い献立 わらじかつ ポトフふうみそスープ オレンジシャーベット (乳卵なし)	ぎゅうにゅう みそ とんかつ ぶたにく あずき ベーコン	もちこめ さとう あぶら こま じゃがいも	にんじん こまつな たまねぎ だいこん しめじ にんにく オレンジシャーベット (乳卵なし)	669 26.4

○都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

○6年生が考えた献立が登場します。お楽しみに…

