



令和6年度 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(kca l) たんぱく質(g)
3 (月)	ちらしずし 		ひなまつり献立 6年生の献立 つくねのソースやき しゅわしゅわひなポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく つくねのソースやき あぶらあげ	こめ サイダー あぶら しらたまだんご こんにやくゼリー ぶどうゼリー さとう サイダーゼリー	にんじん きゅうり	608 22. 2
4 (火)	ごはん 		6年生の献立 ふゆやさいかレー だいこんこんにやくサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	ごはん こんにやく あぶら バター ごまぎこ さとう じゃがいも	にんじん にんにく たまねぎ セロリ キャベツ しょうが りんご だいこん	609 19. 9
5 (水)	ちやめし 		はるまき とさんこじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ	ごはん はるまき あぶら じゃがいも さとう	にんじん ねぎ にんにく もやし コーン	586 16. 7
6 (木)	しょくパン いちごジャム 		ポークビーンズ ミックスマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす	パン あぶら ごまあぶら さとう いちごジャム	にんじん ブロッコリー にんにく ねぎ しょうが たまねぎ キャベツ もやし	620 21. 4
7 (金)	たかなチャーハン 		6年生の献立 とりのてりやき ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ウインナー ぶたにく とりにく	こめ ワンタンのかわ さとう あぶら ごまあぶら	にんじん にんにく たまねぎ ほうれんそう たかな たまねぎ もやし	601 20. 0
10 (月)	ツイストパン 		6年生の献立 れんこんいり チキンクリームシチュー わかめコーンサラダ	ぎゅうにゅう わかめ とりにく	パン あぶら バター さとう ごまぎこ じゃがいも ごまあぶら	にんじん たまねぎ れんこん もやし コーン	639 17. 7
11 (火)	ごはん 		東北応援献立 あぶらふのたまごとじに いそかあえ	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 あぶらふ じゃがいも ごまあぶら	にんじん えのき たまねぎ だいこん もやし キャベツ	593 26. 1
12 (水)	キムチチゲふう うどん 		6年生の献立 ポークしゅうまい ブロッコリーサラダ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ とりにく ぶたにく ポークしゅうまい	うどん あぶら さとう でんぷん	にんじん にんにく しょうが はくさい もやし キャベツ コーン たまねぎ ブロッコリー	686 25. 3
13 (木)	ごはん 		にくとうふ ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	あぶら ごまあぶら しらたき さとう	はくさい ねぎ にんじん もやし だいこん きゅうり	655 23. 1
14 (金)	わかめごはん 		チキンカツ ポトフふうみそスープ	ぎゅうにゅう チキンカツ みそ ぶたにく わかめ	こめ さとう じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん だいこん こまつな	643 29. 3
17 (月)	さつまいも ごはん 		6年生の献立 にくだんごあますあえ けんちんじる	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	こめ じゃがいも ごま こんにやく さとう あぶら さつまいも	にんじん こまつな ねぎ だいこん	581 21. 9
18 (火)	ごはん 		ハヤシライス カラフルマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく	ごはん さとう あぶら さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり もやし にんにく	611 19. 4
19 (水)	こくとうきなこ あげパン 		6年生の献立 はるさめサラダ やさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく だいす	パン さとう あぶら はるさめ こくとう ごまあぶら じゃがいも	にんじん こまつな もやし きゅうり たまねぎ	678 17. 2

○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。

