



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 		<b>ひなまつり献立</b> <b>6年生の献立</b> 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 		<b>6年生の献立</b> 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 だいず	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 		<b>6年生の献立</b> 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 		<b>6年生の献立</b> 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 		<b>東北応援献立</b> あぶらぶのたまごとじに 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 あぶらぶ 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 		<b>6年生の献立</b> 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 		<b>6年生の献立</b> 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 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 		<b>6年生の献立</b> はるさめサラダ やさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく だいず	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。

