

日にち	よっぴ	献立名	きいろ	あか	みどり	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		主食・おかず・飲み物	熱や力のもとになるもの	体の血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの	
お誕生日給食						
8/30	金	キーマカレー	じゃが芋 油	鶏肉 豚肉 白花豆	にんにく 生姜 セロリ 人参 玉葱 マッシュルーム トマト	623 23.6
		(ごはん)	米			
		海藻サラダ	砂糖 ごま油	海藻ミックス	大根 きゅうり とうもろこし	
		青りんごゼリー	砂糖		りんご (加熱)	
		牛乳	牛乳			
9/2	月	ごはん	米			590 23.6
		塩マーボー豆腐	油 ごま油 でん粉 ラー油	豆腐 豚肉	玉葱 人参 ねぎ 干しいたけ にんにく 生姜 こねぎ	
		ナムル	砂糖 ごま油		大根 きゅうり もやし にんにく 生姜	
		牛乳		牛乳		
3	火	わかめごはん	ごま油 米 ごま	わかめ		637 23.6
		鯖の塩焼き		さば		
		豚汁	里芋 油 こんにゃく	豚肉 豆腐 味噌	人参 大根 ごぼう ねぎ 小松菜	
		牛乳		牛乳		
4	水	きのこスパゲッティ	スパゲッティ 油	豚肉 ベーコン	にんにく 玉葱 人参 しいたけ しめじ まいたけ 青ピーマン	595 21.3
		キャラメルポテト	さつま芋 油 砂糖 マーガリン (乳なし)			
		フレンチサラダ	油 砂糖		キャベツ きゅうり 玉葱	
		牛乳		牛乳		
5	木	ごはん	米			639 25.7
		親子煮	じゃが芋 油 砂糖	鶏肉 卵 生揚げ	玉葱 人参	
		胡麻和え	ごま 砂糖		小松菜 キャベツ もやし	
		牛乳		牛乳		
6	金	ハムと青菜のピラフ	米 マーガリン (乳なし)	ハム	玉葱 マッシュルーム とうもろこし 小松菜	548 23.9
		ホキの香草風味漬け	オリーブ油	ホキ	バジル	
		ミネストローネ	じゃが芋 マカロニ 砂糖 油	ベーコン 白いんげん豆	玉葱 キャベツ 人参 トマト にんにく	
		牛乳		牛乳		
9	月	おろしうどん	三温糖 でん粉	鶏肉 油揚げ	なす 玉葱 大根 人参 生姜	614 26.1
		(地粉うどん)	地粉うどん			
		大豆と芋の甘辛揚げ	小麦粉 じゃが芋 砂糖 油	大豆		
		磯香和え		のり	小松菜 もやし	
		牛乳	牛乳			
10	火	ツイストパン	ツイストパン (乳入り)			583 23.5
		キャベツと肉団子のスープ	砂糖 油 春雨	鶏肉	人参 キャベツ 玉葱 小松菜 ねぎ にんにく 生姜	
		小松菜とわかめのサラダ	砂糖 油	わかめ	小松菜 きゅうり とうもろこし	
		ヨーグルト	砂糖 乳製品	寒天		
		牛乳	牛乳			
11	水	五目おこわ	米 もち米 砂糖	鶏肉 油揚げ	人参 ごぼう 干しいたけ	617 23.1
		いわし梅肉大葉フライ	パン粉 でん粉 小麦粉 油	いわし	梅 大葉	
		けんちん汁	じゃが芋 こんにゃく 油	豆腐	大根 人参 ごぼう ねぎ えのきだけ	
		牛乳		牛乳		
12	木	ごはん	米			586 19.4
		カレー肉じゃが	じゃが芋 油 砂糖 こんにゃく	豚肉	玉葱 人参 さやいんげん	
		わかめサラダ	ごま油 三温糖 ごま	わかめ	きゅうり キャベツ とうもろこし	
		牛乳		牛乳		
13	金	ゆかりごはん	米		ゆかり	621 19.3
		ししゃもの薬味ソースがけ	パン粉 でん粉 小麦粉 油	ししゃも		
		味噌汁	じゃが芋	わかめ 味噌	玉葱 人参 ふなしめじ 小松菜 ねぎ	
		牛乳		牛乳		
十五夜献立						
17	火	ごはん	米			641 22.0
		さんまの蒲焼	でん粉 油 砂糖	さんま		
		お月見汁	里芋 油 砂糖	鶏肉 かまぼこ	人参 大根 小松菜 かぼちゃ	
		お月見クレープ (さつま芋)	砂糖 油 水あめ 米粉	豆乳	さつま芋	
		牛乳	牛乳			

令和6年度		8・9月学校給食予定献立表				さいたま市立芝原小学校 〈毎月19日は食育の日〉	
日にち	よつび	献立名	きいろ	あか	みどり	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		主食・おかず・飲み物	熱や力のもとになるもの	体の血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの		
18	水	はちみつパン	はちみつパン(乳入り)			640 23.8	
		さつまいものシチュー	さつまいも 油 バター 小麦粉	ベーコン 鶏肉 白いんげん豆 牛乳 プロセスチーズ	玉葱 人参 マッシュルーム		
		コールスローサラダ	油 三温糖		キャベツ 赤ピーマン 玉葱 とうもろこし きゅうり		
		牛乳		牛乳			
徳島県郷土料理							
19	木	ひじきごはん	米 三温糖 こんにゃく 油	ひじき 鶏肉 油揚げ	人参 干しいたけ	593 22.0	
		メンチカツ	パン粉 小麦粉 でん粉 油	豚肉 鶏肉	キャベツ		
		うずしお汁	米粉麺	えび なんと わかめ	干しいたけ レモン		
		牛乳		牛乳			
20	金	味噌ラーメン	油	豚肉 味噌	生姜 にんにく 人参 もやし ねぎ とうもろこし	592 23.5	
		(中華麺)	中華麺				
		揚げしゅうまい	でん粉 砂糖 ごま油 小麦粉 油	豚肉	玉葱 生姜 ほうたて		
		大根ときゅうりの生姜醤油和え			大根 きゅうり 生姜		
24	火	ソイ丼	油 砂糖	大豆 豚肉 ベーコン	小松菜	623 26.2	
		(ごはん)	米				
		ゆかり和え			キャベツ きゅうり ゆかり		
		かきたま汁	でん粉	わかめ 卵	人参 玉葱 ねぎ		
25	水	ごはん	米			613 21.3	
		じゃがいもの肉みそソース	じゃが芋 油 砂糖	豚肉 味噌	玉葱 人参 干しいたけ		
		和風サラダ	ごま油 砂糖 ごま	わかめ	キャベツ きゅうり 大根		
		牛乳		牛乳			
26	木	ストロベリー揚げパン	フラワーロール(乳なし) グラニュー糖 砂糖 油			608 18.7	
		ひじきのマリネ	砂糖 油 砂糖	ひじき	きゅうり 大根 人参		
		ABCスープ	マカロニ 油	鶏肉	玉葱 人参 キャベツ		
		牛乳		牛乳			
27	金	ごはん	米			637 24.0	
		八宝菜	でん粉 油	豚肉 えび いか	生姜 人参 玉葱 キャベツ 筍 干しいたけ チンゲンサイ		
		スパイシーポテトビーンズ	じゃが芋 油	大豆			
		牛乳		牛乳			
お誕生日給食							
30	月	ハヤシライス	油	豚肉	玉葱 人参 マッシュルーム トマト	646 21.6	
		(ごはん)	米				
		コーンサラダ	油 砂糖		キャベツ きゅうり とうもろこし 玉葱		
		ぶどうゼリー	砂糖 でん粉		ぶどう(加熱)		
牛乳		牛乳					

※材料購入の都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。