



4月 学校給食予定献立表



日	曜	献立名			食材名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		主食	牛乳	主菜・副菜・くだもの	血・肉・骨のもとになる 1,2群の食品	熱や力のもとになる 5,6群の食品	体の調子を整える 3, 4群の食品		
12	水	キーマカレー (ターメリックライス)		小松菜のサラダ オレンジゼリー	牛乳 鶏挽肉 レンズ豆	精白米 麦 油 きび糖 米粉 上白糖 寒天 バター ナタデココ	にんじん たまねぎ 生姜 アップルソース にんにく セロリー ホールトマト キャベツ ホールコーン 小松菜	823	27.5
13	木	赤飯 (ごま塩)		鶏肉の甘酢だれかけ すまし汁 辛子和え	牛乳 小豆 鶏肉 豆腐	精白米 もち米 油 きび糖 麩 片栗粉 ごま	にんじん ほうれん草 長ねぎ 小松菜 もやし キャベツ	806	35.5
14	金	麦ご飯		四川豆腐 茎わかめのナムル いちご 2個	牛乳 豚肉 豆腐 茎わかめ	精白米 麦 油 きび糖 片栗粉 ごま油	にんにく 生姜 たまねぎ 長ねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ ピーマン 大根 小松菜 いちご	755	31.2
17	月	キムチ チャーハン		ホキとポテトの唐揚げ 春雨スープ	牛乳 豚肉 鶏肉 わかめ ホキ	精白米 麦 油 きび糖 ごま油 片栗粉 春雨 じゃが芋	にんじん たまねぎ 白菜キムチ 生姜 もやし チンゲン菜 えのきだけ 干しいたけ 長ねぎ	791	34.2
18	火	五穀米		照り焼きハンバーグ かぼちゃソテー さつまい	牛乳 豆腐 豚挽肉 豆乳 鶏肉 油揚げ みそ	精白米 麦 黒米 ひえ 粟 油 きび糖 バター こんにゃく さつまい バター ごま 片栗粉 パン粉	ごぼう かぼちゃ たまねぎ にんじん 長ねぎ 生姜 干しいたけ ピーマン	777	33.7
19	水	麦ご飯		生揚げのみそ煮 米こめサラダ	牛乳 豚肉 生揚げ 京桜みそ わかめ	精白米 麦 油 きび糖 片栗粉 米粉麺 ごま油	にんじん たけのこ 生姜 ごぼう たまねぎ いんげん ホールコーン キャベツ きゅうり	814	32.9
20	木	ねじり 揚げパン		チキンピーズ グリーンサラダ	牛乳 鶏肉 大豆	ツイストパン 油 きび糖 グラニュー糖 じゃが芋	たまねぎ にんじん いんげん セロリー 生姜 キャベツ きゅうり アスパラガス ホールコーン	868	33.1
21	金	さいたま市 西区白米		さんま蒲焼き 豚汁 磯香和え	牛乳 刻みのり みそ 豚肉 豆腐 油揚げ さんま	精白米 油 きび糖 里芋 片栗粉 こんにゃく	ごぼう 大根 にんじん 長ねぎ しめじ キャベツ もやし 小松菜	828	29.2
24	月	さいたま市 桜区白米 (味付け海苔)		新じゃがのそぼろ煮 ごま和え 清見オレンジ	牛乳 鶏挽肉 味付け海苔	精白米 片栗粉 油 きび糖 じゃが芋 ごま	にんじん たまねぎ いんげん しめじ 生姜 白菜 ほうれん草 もやし 清見オレンジ	790	29.6
さいたま市民の日献立 ブルーベリー ラティーナかぶ 小松菜									
25	火	小松菜と豚肉 のご飯		ホキの薬味ソースかけ さいたまサラダ ブルーベリーゼリー	牛乳 豚肉 油揚げ ホキ	精白米 麦 油 きび糖 片栗粉 上白糖 寒天	にんじん たけのこ 小松菜 長ねぎ 生姜 にんにく キャベツ ブルーベリー ラティーナかぶ	781	32.8
26	水	春野菜の クリーム スパゲッティ		海藻サラダ バナナ	牛乳 生クリーム 豚肉 パーコン チーズ わかめ 白花豆ペースト	スパゲッティ 油 きび糖 米粉 バター ごま油	たまねぎ にんじん 小松菜 アスパラガス キャベツ エリンギ 大根 もやし バナナ ホールコーン	774	30.9
27	木	ピーズスト ロガノフ (麦ご飯)		さわやかサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 大豆 生クリーム ヨーグルト	精白米 麦 油 きび糖 米粉 バター	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム トマト キャベツ 夏みかん きゅうり	869	31.4
28	金	きつねうどん		きびなご唐揚げ うま塩キャベツ 清見オレンジ	牛乳 鶏肉 油揚げ 刻みのり きびなご	うどん 油 きび糖 片栗粉 ごま油 ごま	にんじん 長ねぎ 小松菜 干しいたけ キャベツ にんにく オレンジ きゅうり	806	33.1

ご入学、ご進級
おめでとうございます。
1年間よろしく願
いします。

20日(木)
みんなの大好きな揚げ
パン。
今回はツイストパンで
グラニュー糖をまぶし
ます。
楽しみにしていてくだ
さい。



地域の食材
本太中学校では、緑
区の若谷さんが大
切に育ててくれた
小松菜や、さいた
ま市で収穫された
米など地域の食材
の使用を心がけて
います。

25日(火)
5月1日は
「さいたま市民の日」
です。
お休みに給食がないの
で、少し早いですが、
さいたま市産の食材を
使い献立を考えました。
さいたま市産食材
精白米
小松菜
ブルーベリー
ラティーナかぶ

☆献立は材料の都合により変更する場合があります。



新年度の給食が来週、12日(水)から始まります。

本太中学校には、栄養教諭1人(小西)と調理員11名(一富士フードサービス(株))が安全で美味しい給食を目標に
毎日作業にあたっています。今年度も魅力ある給食を作っていきたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

☆入院等で長期欠席する場合は、返金の対象となる場合がありますので、担任までご連絡ください。

