



令和7年



学校給食予定献立表

さいたま市立大宮西小学校

ひ に ち	よ う び	こんだてめい		あか	き	みどり	熱量 kcal	蛋白質 g
		しゅしよく	おかず	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子をととのえるもの		
10	木	むぎごはん (ごましお)	なまあげとキムチの いために ピーマンサラダ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ なまあげ・ボンレスハム	むぎごはん・あぶら・ さとう・でんぶん・ ピーマン・ごまあぶら・ごま	たまねぎ・にんじん・きゃべつ・ キムチ・にら・きゅうり・もやし	639	26.2
11	金	きなこあげパン	しらたまスープ かいそうサラダ	ぎゅうにゅう・きなこ・ とりにく・かいそう	コッペパン・あぶら・ さとう・しらたまもち・ でんぶん・ごまあぶら・ ごま	にんじん・しめじ・ながねぎ・ こまつな・きゅうり・ほししいたけ・ ホールコーン	626	20.7
14	月	にくうどん	きびなごのかりかりあげ いそかあえ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ なると・きびなご・のり	じこなうどん・あぶら・ さとう・こむぎこ・でんぶん	たまねぎ・にんじん・ながねぎ・ えのきたけ・ほうれんそう・ きゃべつ・もやし	561	25.0
15	火	ごもくごはん	あつやきたまご とんじる	ぎゅうにゅう・とりにく・ あぶらあげ・たまご・ ぶたにく・とうふ・みそ	こめ・あぶら・さとう・ こんにやく・でんぶん・ じゃがいも	ごぼう・にんじん・ グリーンピース・しょうが・ だいこん・ながねぎ	603	25.4
16	水	むぎごはん	チキチキごぼう かきたまじる くだもの(きよみオレンジ)	ぎゅうにゅう・とりにく・ たまご・わかめ	むぎごはん・あぶら・ さとう・でんぶん・ はちみつ	ごぼう・えだまめ・にんじん・ しめじ・ながねぎ・ ほうれんそう・きよみオレンジ	641	25.0
17	木	ホットドッグ (コッペパン)	ポトフ はちみつレモンゼリー	ぎゅうにゅう・ウインナー・ ベーコン・ぶたにく	コッペパン・あぶら・ じゃがいも・ はちみつレモンゼリー	にんじん・たまねぎ・ きゃべつ・かぶ	648	21.8
18	金	1年生 給食開始 フラワーパン	ポテトのミートソースあえ ひじきのマリネ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ ひじき・ボンレスハム	フラワーパン・あぶら・ さとう・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・ マッシュルーム・にんにく・ だいこん・こまつな	641	24.2
21	月	カレーライス (むぎごはん)	ふくじんづけ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ しろはなまめ・ プロセスチーズ	むぎごはん・あぶら・ さとう・こむぎこ・バター・ じゃがいも・はちみつ	たまねぎ・にんじん・トマト・ りんご・にんにく・しょうが・ きゅうり・だいこん・れんこん・ しょうが	631	20.1
22	火	こどもパン	じゃがいものクリームに カラフルソーテ	ぎゅうにゅう・とりにく・ ベーコン・プロセスチーズ・ ウインナー	こどもパン・あぶら・ さとう・じゃがいも・ こむぎこ・バター	たまねぎ・にんじん・しめじ・ きゃべつ・ホールコーン・ パセリ	621	23.1
23	水	ちゅうかどん (むぎごはん)	あおのりポテト	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ いか・えび・うずらのたまご・ あおのり	むぎごはん・あぶら・ でんぶん・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ にんにく・しょうが・ほししいたけ・ はくさい・チンゲンサイ	635	23.7
24	木	むぎごはん	マーボーどうふ えのきとわかめのナムル	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ とうふ・わかめ	むぎごはん・あぶら・さとう・ でんぶん・ごま・ごまあぶら	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ ながねぎ・ほししいたけ・ にんにく・しょうが	603	25.0
25	金	わかめむぎごはん	うましおにくじゃが しのだあえ	ぎゅうにゅう・わかめ・ ぶたにく・あぶらあげ	むぎごはん・あぶら・ さとう・じゃがいも・ こんにやく	たまねぎ・にんじん・にんにく・ こまつな・もやし・ きゃべつ	582	19.8
28	月	たけのこごはん	さわらのたつたあげ ほうれんそうのサラダ ヌウのオレンジゼリー	ぎゅうにゅう・とりにく・ あぶらあげ・さわら	こめ・あぶら・さとう・ でんぶん・オレンジゼリー	たけのこ・しょうが・ ほうれんそう・きゃべつ・ きゅうり・ホールコーン・にんにく	608	25.4

◇材料調達の都合で、献立内容を一部変更する場合がありますので、予め御了承ください。

◇1年生は4月17日(木)から、給食がはじまります。

さいたま市は、市制がスタートした5月1日を「さいたま市民の日」としています。
4月28日(月)の給食は、さいたま市産のお米、ほうれんそうを使用予定です。

