



学校給食予定こんだて表・もりつけ表

さいたま市立芝川小学校



栄養量平均	エネルギー 601kcal	たんぱく質 23.9g
栄養摂取基準	エネルギー 650kcal	たんぱく質 26.8g

月			火			水			木			金		
~ 8・9月 こんだて 紹介 ~ ★ 4日 世界ノ味めぐり給食 ★ 5日 日本ノ味めぐり給食 ◎ 17日 行事食 十五夜の献立● ㊦ 18日 芝川 給食 SK-1 グランプリ ★ 19日 食育の日 地産産物デー			台湾の料理「ルーロー飯」が登場です。 奈良県の料理「吉野汁」が登場です。 十五夜の行事食で、「月見団子汁」を作ります。 5月分の1位のごんだてです。 埼玉県産の「カレー/ケール」を味わいます。			始業式 (給食なし) 			3時間で下校 (給食なし) 			キャベツ1/4つね わかめごはん とうふとあおひのスープ		
26日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	27日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	28日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	29日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	30日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる
カラフルソテー フラワーロール 千キンピーンス	はるさめサラダ ごはん じゃがマーマー	ルーローはん れいどうおかん ごはん チンゲンサイのスープ	さけのたつたあげ ひじきごはん よしのじる	ごはん なつやさいカレー										
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる
とりにく たいす ベーコン ぎゅうにゅう	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 トマト グリンピース キャベツ パセリ ホールコーン	とりにく たいす みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら じゃがいも かたくりこ こまあぶら さとう こま はるさめ	しょうが にんにく なげがね たまねぎ にんじん しいたけ グリンピース きゅうり キャベツ もやし	ぶたにく なまあげ しほたん ぎゅうにゅう	こめ さとう こまあぶら かたくりこ	たまねぎ しょうが しめじ チンゲンサイ にんじん もやし しいたけ えのきたけ みかん	とりにく あぶらあげ ひじき さけ とうふ ぎゅうにゅう	こめ あぶら こんにゃく さとう かたくりこ	にんじん しいたけ さやいんげん しょうが だいこん たまねぎ こまつな	ぶたにく チーズ スキムミルク ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう こむぎこ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん りんご ピーマン トマト かぼちゃ なす キャベツ きゅうり レモン
こめごはんサラダ ごはん	かひせんどうふ みぞれうどん	しほもこまフライ ごはん	しほごはんあえ なまあげれいにくじゃが ごはん	こむぎパン コッペパン ライス	わかめスープ ごまだれサラダ ごはん	とうふと うずらたまごのちゅうかに								
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる
とりにく いか あさり えび わかめ ぎゅうにゅう	こめ あぶら かたくりこ こまあぶら さとう こめごはん	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ しいたけ チンゲンサイ きゅうり ホールコーン	とりにく あぶらあげ しほも ぎゅうにゅう	うどん さとう かたくりこ あぶら こむぎこ パンこ こま	なす たまねぎ しょうが じゃがいも しょうが こまつな もやし きゅうり さき	ぶたにく なまあげ しほたん ぎゅうにゅう	こめ あぶら しほたん さとう こまあぶら こま	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ きゅうり	なまあげ ぶたにく とうにゅう おろし ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう かたくりこ こまあぶら こま	なす しょうが たまねぎ たけのこ にんじん なげがね にんにく キャベツ きゅうり	ぶたにく とうふ さつま豆 ぎゅうにゅう	こめ あぶら しまあぶら さとう かたくりこ こま	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ チンゲンサイ もやし きゅうり キャベツ
16日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	17日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	18日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	19日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g	20日	エネルギー kcal たんぱく質 g	たんぱく質 g
敬老の日 (学校お休み)	ゆかいあえ さんまのかばやき ごはん	つきみだんごはん ごはん	キャベツのごまみそあえ もずくどん ごはん	シャインマスカットゼリー フルーツポンチ フルーツポンチ	りんごジャム しょくパン	さつまいもとカレー/ケール のとうにゅうごめシチュー	あきの かおりごはん くたくさんみそしる							
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる
さんま とりにく あぶりあげ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも しらたまも	にんじん たけのこ しいたけ こまつな キャベツ きゅうり	もずく ぶたにく たいす ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう こまあぶら かたくりこ さとう こま	たまねぎ にんじん しょうが ホールコーン さやいんげん もやし みかん パイン もも シャインマスカット	ベーコン とりにく とうにゅう しほはなめめ ひよこまめ ぎゅうにゅう	パン さとう みずあめ さつままいも こめ	りんご たまねぎ にんじん しいたけ カリフラワー マッシュルーム にんにく パセリ	あぶらあげ とりにく きわかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ もちこ さつままいも さとう あぶりこ パンこ きゅうり かたくりこ こむぎこ じゃがいも	にんじん しめじ たまねぎ こまつな だいこん なげがね	ぶたにく とうふ さつま豆 ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう こむぎこ	にんじん しょうが たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり
ごんにゃくサラダ ごはん	ドライカレー ごはん	かいどうサラダ じゃーじゃ めん	いぞかあえ ごはん	おやこに ごはん	とりにくとカシューナッツのいためもの ごはん	ちゅうかスープ ごはん	シュガーあげパン ワンタンスープ							
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 ねつやちからになる	【緑】の食品 体のちようしをどとのえる
ぶたにく たいす わかめ ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ あぶら さとう こま こんにゃく	たまねぎ にんじん ピーマン こぼろ しょうが ぶどう にんにく トマト きゅうり ホールコーン	ぶたにく みそ マイワシ かいそう ぎゅうにゅう	めん あぶら かたくりこ さとう みずあめ じゃがいも かたくりこ げんまいこ こまあぶら こま	にんにく しょうが にんじん しいたけ たまねぎ いら なげがね しょうが だいこん ホールコーン	とりにく なまあげ たまご のり ぎゅうにゅう	こめ あぶら じゃがいも かたくりこ さとう	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ もやし	とりにく とうふ きゅうにゅう	こめ あぶら じゃがいも さとう かたくりこ こまあぶら	しょうが にんにく ピーマン にんじん たまねぎ なげがね なげがね しいたけ えのきたけ キャベツ ホールコーン チンゲンサイ	ぶたにく とうふ さつま豆 ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう こむぎこ	たまねぎ にんじん もやし なげがね キャベツ きゅうり ホールコーン