

家庭数

令和7年度



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 605kcal	たんぱく質 24.1g
栄養摂取基準	エネルギー 650kcal	たんぱく質 26.8g

月	火			水			木			金		
～ 10月 こんだて 紹介 ～ ★ 1日 お話給食 図書コラボ ★ 6日 行事食 十五夜の献立 ★ 10日 目の愛護デー給食66 「ブルーベリー」	★28日 世界🌐味めぐり給食 「アメリカ」 ★29日 日本🌐味めぐり給食 「山形県」 ★31日 ハロウィン🎃給食 「かぼちゃサラダ」 ★31日 運動会応援献立 「カツ」 カレー			ごもくサラダ フルーツポンチ コッペパン クリームシチュー			ソコダラのだつたあげ わかめゆかりごはん こんさのみそしる			くきわかめサラダ ごはん なまあげと うずらたまごのあまずし		
エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g	エネルギー -kcal たんぱく質 -g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる
ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる
とりにく チーズ しらはなま きんときま ぎゅうにゅう	ねつやちからになる かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	とりにく チーズ しらはなま きんときま ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも こめ さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり ホールコーン みかん パイナップル もも りんご	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが ごぼう にんじん だいこん しめじ ながねぎ こまつな	ぶたにく なまあげ うずらたまご きゅうり	とりにく だいこん かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	ぶたにく なまあげ うずらたまご きゅうり
さんまのかばやし	就学時健診 (給食なしの日)			とくせき揚げ ちくわいのせあけ			しおこんぶあえ			ひじきのマリネ フルーツゼリー		
さつまいも ごはん	きつねうどん(うどん)			きつねうどん(しる)			ごはん じゃがいものだぼろに			さきたまボール ボークビーンズ		
★6日 エネルギー 656kcal たんぱく質 22.7g	★7日 エネルギー 614kcal たんぱく質 24.6g	★8日 エネルギー 614kcal たんぱく質 24.6g	★9日 エネルギー 554kcal たんぱく質 21.1g	★10日 エネルギー 613kcal たんぱく質 25.7g	★11日 エネルギー 580kcal たんぱく質 26.2g	★12日 エネルギー 580kcal たんぱく質 26.2g	★13日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★14日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★15日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★16日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★17日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★18日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる
ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる
さんま とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	さんま とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり ホールコーン	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが ごぼう にんじん だいこん しめじ ながねぎ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな
スポーツの日 (学校お休み)	わかめとコーンのサラダ			さんまのしょうがに わせみかん			ししゃもごまフライ			だいこんのツナマヨふうサラダ		
ごはん	とろろのちゅうかに			ごはん			さのこごはん			ペンネ ミートソース		
★13日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★14日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★15日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★16日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★17日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★18日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★19日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★20日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★21日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★22日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★23日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★24日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★25日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる
ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる
きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり ホールコーン	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが ごぼう にんじん だいこん しめじ ながねぎ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな
チキンハムサラダ	にこみあふろハンバーグ りんご			うましおキャベツ			いわしフライ			こまつなサラダ		
きなこと あげパン	ごはん			じゃーじゃーめん(めん)			さんびろごはん			ごはん		
★20日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★21日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★22日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★23日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★24日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★25日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★26日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★27日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★28日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★29日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★30日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★31日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★32日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる
ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる
きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり ホールコーン	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが ごぼう にんじん だいこん しめじ ながねぎ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな
運動会の振替休業日 (学校お休み)	さわやかサラダ			キャベツのごまみそあえ			わかさぎフリッター			かぼちゃのサラダ		
ごはん	きつねうどん(うどん)			きつねうどん(しる)			ごはん			ごはん		
★27日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★28日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★29日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★30日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★31日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★32日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★33日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g	★34日 エネルギー 601kcal たんぱく質 24.9g	★35日 エネルギー 638kcal たんぱく質 22.3g	★36日 エネルギー 662kcal たんぱく質 26.1g	★37日 エネルギー 578kcal たんぱく質 22.3g	★38日 エネルギー 590kcal たんぱく質 21.9g	★39日 エネルギー 686kcal たんぱく質 28.7g
【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる	【黄】の食品 体をつくるものになる	【緑】の食品 体のちようしをとる	【赤】の食品 体をつくるものになる
ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる	ねつやちからになる
きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	きなこと あげパン	とりにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり ホールコーン	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	わかめ ソコダラ とうふ みそ ぎゅうにゅう	しょうが ごぼう にんじん だいこん しめじ ながねぎ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな	ぶたにく じゃがいも かたくりこ さとう じゃがいも しらたまもち	にんじん だいこん しめじ こまつな