

きゅうしょくしつ し  
 ~給食室からお知らせです~

こんだてひょう れいわ ねん がつぶん からペーパーレス化に切り替えます。今後は学校HPまたはマメールでのご確認をお願いいたします。(食物アレルギーなど特別な配慮が必要な児童生徒につきましては、今まで通り紙で配布します。)



## 4がつきゅうしょくこんだてひょう

れいわ7ねんど

さいたまけんりつかすかべとくべつしえんがっこう

日	主食	牛乳	はし	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (Kcal)	
								こども	おとな
8火	しぎょうしき・こうとうぶにゆうがくしき 11:30げこう								
9水	しょう・ちゅうがくぶにゆうがくしき 11:30げこう								
10木	11:30げこう								
11金	11:30げこう								
14月	ちきん かれーrais	○		つなさらだ みにおれんじぜりー	ぎゅうにゆう とりにく つなふれーく	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう おれんじぜりー	しょうが にんにく たまねぎ にんじん きゃべつ こまつな	683	821
15火	こーんぴらふ	○		やさいのまよねーずあえ みねすとろーね	ぎゅうにゆう とりにく ペーこん (たまごふしよう)	こめ むぎ おりーぶおいる まよねーず (たまごふしよう) えーびーしーまかるに じゃがいも	たまねぎ にんじん まっしゅー どうもろこし おきえだまめ きゃべつ もやし にんにく とまと	619	735
16水	ぶたにくとやさいどん	○	○	もやしのおひたし みそしる	ぎゅうにゆう ぶたにく かつおぶし かたくちいわし (にぼし) とうふ みそ	こめ むぎ さとう あぶら じゃがいもでんぶん	にんじん たまねぎ きゃべつ もやし ほうれんそう えのきたけ しめじ こまつな	595	706
17木	ちきんrais	○		こんそめすーぶ ふる一つぼんち	ぎゅうにゆう とりにく	こめ むぎ あぶら こんにゃくだいす (れもん) こんにゃくだいす (わいん) さとう	たまねぎ まっしゅー にんじん キャベツ こまつな みかんかん ばいんかん おうとうかん	607	725
18金	しゅがーあげばん	○		ふれんちさらだ こーんぼたーじゅすーぶ	ぎゅうにゆう とうにゆう	こつべばん (たまご・にゆうふし よう) あぶら さとう おりーぶおいる はくりきこ	きゃべつ にんじん きゅうり こまつな たまねぎ どうもろこし くりーむこーんかん	631	756
21月	やきにくチャーはん	○		ちゅうかづけ わんたんすーぶ	ぎゅうにゆう たまご ぶたにく	こめ むぎ あぶら ごまあぶら さとう ごま わんたんのかわ	にんじん ねぎ にんにく こまつな だいこん きゅうり もやし たまねぎ	611	726
22火	ごはん	○	○	とりのみそやき やさしいため けんちんじる	ぎゅうにゆう とりにく みそ かつおぶし こんぶ とうふ	こめ さとう あぶら じゃがいも	きゃべつ もやし たまねぎ にんじん だいこん こまつな	603	720
23水	みーとそーす すばげてい	○		やさいのまりね てづくりぐれーぶぜりー	ぎゅうにゆう ぶたにく あがー	すばげてい おりーぶおいる さとう はくりきこ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく とまと きゃべつ れもん ぶどうじゅーす	701	836
24木	はやしrais	○		きゅうりのあえもの よーぐると	ぎゅうにゆう ぶたにく よーぐると	こめ あぶら	たまねぎ にんじん しめじ まっしゅーむ きゅうり もやし	680	814
25金	わかめごはん	○	○	とりのからあげ はるやさいのごまどれさらだ みそしる おいわいちごぜりー	ぎゅうにゆう わかめ とりにく かつおぶし かたくちいわし (にぼし) あぶらあげ みそ	こめ じゃがいもでんぶん あぶら まよねーず (たまごふし よう) さとう ごま ごまあぶら	にんにく しょうが たまねぎ きゃべつ にんじん あすばらがす こまつな しめじ もやし	720	862
28月	ふれんちとーすと	○		やさいそてー とまとすーぶ	ぎゅうにゆう たまご ペーこん (たまごふしよう) とりにく	しよくぼん (たまご・にゆうふし よう) さとう ばたー あぶら じゃがいも	ほうれんそう もやし しめじ どうもろこし にんじん たまねぎ とまと	603	721
29火	しょうわのひ								
30水	ごはん	○	○	さわらのつけやき きりぼしだいこんのもの とんじる	ぎゅうにゆう さわら あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ	こめ あぶら さとう じゃがいも	きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ いんげん ごぼう だいこん	631	752

○材料等の都合により、献立が変更になることがあります。



にゆうがく しんきゅう  
 ご入学・ご進級おめでとうございます。

マナーを守って、みんなで仲良く

たの 楽しい給食の時間をすごしましょう。



きゅうしょく  
 給食はしまりまーす!

