

2023年



5月 学校給食 予定献立表

日曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)
2 火	★牛乳	★牛乳				710	23.8
	中華ちまき風ご飯	鶏肉	人参 生姜 たけのこ 干し椎茸	米 もち米 ごま油 三温糖	オイスターソース		
	揚げ出し豆腐	揚げ出し豆腐	大根	揚げ油			
	若竹汁	豆腐 わかめ	たけのこ 小松菜 人参 干し椎茸		だし(鰹節・昆布)		
	★柏もち				★柏もち		
8 月	★牛乳	★牛乳				827	29.0
	豚キムチうどん (★地粉うどん) (汁)	豚肉	白菜キムチ ごぼう 大根 人参 長葱 小松菜	★地粉うどん ごま油 ごま	白みそ 赤みそ だし(鰹節・昆布)		
	きびなごのサクサク揚げ	きびなごサクサク揚げ		揚げ油			
	旨塩キャベツ	塩昆布	キャベツ きゅうり 人参 にんにく	ごま油			
	抹茶蒸しパン	牛乳		ホットケーキミックス 三温糖	抹茶		
9 火	★牛乳	★牛乳				801	22.9
	オムライス (チキンライス) (オムライスシート) (★ケチャップ)	鶏肉	玉葱 マッシュルーム グリーンピース	米 麦 サラダ油	トマトケチャップ 中濃ソース		
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃコロッケ 揚げ油	中濃ソース		
	ごぼうサラダ		きゅうり ごぼう 人参 コーン	三温糖 ごま	芽子 マヨネーズ風味調味料		
10 水	★牛乳	★牛乳				732	29.1
	ピザドック	ウインナー チーズ	ソテーオニオン にんにく トマト缶	コッペパン オリーブ油	ハヤシルウ カレー粉 トマトケチャップ		
	豆腐のスープ煮	鶏肉 豆腐	玉葱 人参 小松菜 えのき茸	サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)		
	フルーツミックス		みかん缶 パイン缶		ライチジュレ カクテルゼリー		
11 木	★牛乳	★牛乳				732	25.2
	ご飯			米			
	肉じゃが	豚肉	玉葱 人参 さやいんげん	じゃが芋 白滝 サラダ油 三温糖	だし(鰹節・昆布)		
	厚焼き玉子	厚焼き玉子					
	はりはり漬け	昆布	きゅうり 人参 切干大根	三温糖 ごま			
12 金	★牛乳	★牛乳				825	35.0
	ご飯			米			
	魚と豆腐のチリソース	ほき(でん粉付き) 豆腐	玉葱 にんにく 生姜 グリーンピース	揚げ油 ごま油 三温糖	トマトケチャップ トウバンジャン		
	トック	卵	にら 人参 干し椎茸	ごま油 トック	ガラボン(豚骨)		
	河内晩柑		河内晩柑				
15 月	★ジョア(プレーン)	★ジョア				782	30.2
	ツイストパン			★ツイストパン			
	チキンのハニーマスタード焼き	鶏肉		はちみつ	ドレッシング 粒マスタード		
	コーンポテト		クリームコーン パセリ	じゃが芋 バター			
	シエルマカロニのトマトスープ	ベーコン	キャベツ 玉葱 人参 セロリ パセリ トマト缶 トマトペースト	マカロニ オリーブ油 三温糖	ガラボン(豚骨) ローリエパウダー		
16 火	★牛乳	★ミルクコーヒー				806	28.1
	バターチキンカレー (ターメリックライス) (ルウ)	鶏肉 プレーンヨーグルト 牛乳	にんにく にんにく 生姜 玉葱 トマト缶 ソテーオニオン トマトペースト	米 麦 サラダ油 生クリーム バター 三温糖	ターメリック ターメリック カレー粉		
	青のりポテト	のり		じゃが芋 揚げ油			
	海藻サラダ	海藻ミックス	もやし 大根 きゅうり コーン				
	(★ドレッシング)				★ドレッシング		
17 水	★牛乳	★牛乳				827	31.8
	広東麺 (★中華麺) (汁)	豚肉	玉葱 小松菜 人参 長葱 生姜 たけのこ きくらげ	★中華麺 ごま油 でん粉	ガラボン(豚骨) オイスターソース		
	しゅうまい	しゅうまい					
	茎わかめのナムル	茎わかめ	もやし きゅうり えのき茸 にんにく	ごま油 三温糖 ごま	一味唐辛子		
	杏仁豆腐		みかん缶 パイン缶	グラニュー糖	杏仁豆腐		

日曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)
18 木	★牛乳	★牛乳				781	33.1
	ご飯(地場産米)			米			
	さばの葱みそ焼き	さば	長葱 生姜	三温糖	赤みそ		
	ゆかり和え		キャベツ きゅうり 人参		ゆかり		
	さつま汁	鶏肉	大根 人参 長葱	さつま芋 こんにゃく サラダ油	赤みそ 白みそ だし(鰹節・昆布)		
19 金	★牛乳	★牛乳				767	19.9
	チャーハン	焼豚	長葱 人参 グリンピース	米 麦 ごま油	オイスターソース		
	春巻き			春巻き 揚げ油			
	わかめのスープ	わかめ	もやし 長葱 小松菜 人参 えのき茸 コーン	ごま油 ごま でん粉	ガラボン(豚骨)		
	★レモンゼリー				★レモンゼリー		
22 月	★牛乳	★牛乳				831	28.0
	メイプルトースト			食パン グラニュー糖 メイプルシロップ バター			
	コーンシチュー	鶏肉 チーズ 牛乳	玉葱 人参 グリンピース コーン クリームコーン	じゃが芋 生クリーム 小麦粉 バター サラダ油	ガラボン(豚骨)		
	ひじきのサラダ	ひじき	キャベツ きゅうり コーン 人参 レモン果汁 ソテーオニオン	オリーブ油 三温糖			
24 水	★牛乳	★牛乳				704	26.6
	パエリア	鶏肉	トマト缶 玉葱 赤ピーマン パセリ にんにく	米 麦 オリーブ油	サフランパウダー		
	スペイン風オムレツ	オムレツ					
	青菜ときのこのスープ	ベーコン	玉葱 小松菜 人参 えのき茸 しめじ	サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)		
	★ヨーグルト	★ヨーグルト					
29 月	★牛乳	★牛乳				834	31.5
	ご飯			米			
	鶏の塩麴から揚げ	鶏肉		小麦粉 米粉 揚げ油	塩麴		
	白和え	ひじき	小松菜 人参 干し椎茸	こんにゃく	白和えの素		
	なめこのみそ汁	豆腐	なめこ 長葱 三つ葉		赤みそ 白みそ だし(鰹節・昆布)		
30 火	★牛乳	★牛乳				775	30.3
	フィッシュ サンド	(★コッペパン) 太刀魚フライ (★ノイック 外カリ-ス)	太刀魚フライ	★コッペパン 揚げ油			
	チキンピースサラダ	鶏ささみオイル漬け 大豆 金時豆 手亡豆 枝豆	きゅうり ブロッコリー 蓮根 カリフラワー 人参 コーン		★タルタルソース		
	レタスと卵のスープ	ベーコン 卵	玉葱 レタス 人参 ほうれん草 えのき茸	サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)		
31 水	★牛乳	★牛乳				790	25.4
	ご飯			米			
	厚揚げとキムチのピリ辛炒め	厚揚げ 豚肉	白菜キムチ 玉葱 白菜 人参 ピーマン 長葱 生姜 にんにく	ごま油 三温糖 でん粉			
	ワンタンスープ		もやし 白菜 たら 長葱 人参 さくらげ	ワンタン皮 ごま油	ガラボン(豚骨)		
	冷凍みかん		冷凍みかん				
回数	※ 「その他」に含まれる以下の食品については、記載を省略しています					平均	
16	食塩 こしょう しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米					783	28.1
	※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						

【給食費の補助に関するお知らせ】

今年度も昨年度に引き続き、さいたま市では児童生徒分の給食費に補助金が支給されることになりました。

中学校(本校は前期課程が該当)において、1食あたり39円の補助金が支給されます。保護者負担額は、これまでと同じ1食あたり317円となります。このため、給食の1食単価は356円となります。

なお、補助金の支給期間は令和5年度いっぱい予定です。

