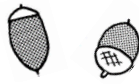


2023年



11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 ギー	蛋白質 (g)
1	水	★牛乳 ご飯(地場産米) 肉味噌コロッケ ゆず香和え	★牛乳 豚肉 豆腐	白菜 長葱 しめじ 大根 きゅうり 人参 ゆず	米 白滝 お麩 サラダ油 三温糖 肉味噌コロッケ 揚げ油 三温糖 ごま		799	30.2
2	木	★牛乳 二色揚げパン(プレーン) (ココア) 彩の国シチュー 海藻サラダ (★ドレッシング)	★牛乳 スキムミルク 鶏肉 チーズ 牛乳 白いんげん豆 海藻ミックス	玉葱 人参 ブロッコリー カリフラワー かぶ もやし 大根 きゅうり コーン	子どもパン 揚げ油 グラニュー糖 子どもパン 揚げ油 三温糖 さつまいも 生クリーム 小麦粉 バター サラダ油	ココア ガラボン(豚骨) ★ドレッシング	872	28.7
6	月	★牛乳 ご飯 厚揚げと里芋のごま味噌煮 かき玉汁 みかん	★牛乳 厚揚げ 鶏肉 卵 豆腐 わかめ	人参 ごぼう さやいんげん 人参 長葱 小松菜 干し椎茸 みかん	米 三温糖 里芋 こんにゃく サラダ油 ごま でん粉	赤みそ だし(鯉節・昆布) だし(鯉節・昆布)	826	31.6
7	火	★牛乳 肉汁うどん(★地粉うどん) (汁) 手作りゼリーフライ きゅうりとたくあんの和え物 ★埼玉県産お茶プリン	★牛乳 豚肉 油揚げ おから	玉葱 長葱 人参 玉葱 長葱 人参 きゅうり たくあん	★地粉うどん サラダ油 三温糖 じゃが芋 サラダ油 小麦粉 揚げ油 ごま油	だし(鯉節・昆布) 中濃ソース ★お茶プリン	842	26.9
8	水	★牛乳 わかめご飯 鮭の紅葉焼き ゆかり和え まゆ玉汁	★牛乳 わかめご飯の素 鮭 鶏肉	人参 キャベツ きゅうり 人参 大根 人参 小松菜 しめじ	米 麦 まゆ玉団子	マヨネーズ風味調味料 白みそ ゆかり だし(鯉節・昆布)	746	32.3
9	木	★牛乳 ご飯 鶏の塩麴から揚げ ごま和え 豆腐とわかめのみそ汁	★牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ	人参 キャベツ 小松菜 人参 長葱	米 小麦粉 米粉 揚げ油 三温糖 ごま	塩麴 白みそ 白みそ 赤みそ だし(鯉節・昆布)	878	33.3
10	金	★牛乳 ピザドック キャラメルポテト コールスローサラダ (★ドレッシング) ★ヨーグルト	★牛乳 ウィンナー チーズ 鶏肉 牛乳 チーズ	ソテーオニオン にんにく トマト缶 キャベツ きゅうり 人参 コーン	コッパン オリーブ油 さつまいも 揚げ油 生クリーム グラニュー糖 バター	ハヤシルウ カレー粉 トマトケチャップ ★ドレッシング	867	26.5
13	月	★牛乳 パプリカライスの クリームス揚げ (パプリカライ) (クリームス) カリフローレサラダ さつまいもとりんごの蜂蜜煮	★牛乳 鶏肉 牛乳 チーズ	玉葱 人参 マッシュルーム グリーンピース カリフローレ キャベツ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン りんご レーズン レモン果汁	米 麦 サラダ油 小麦粉 バター 生クリーム オリーブ油 三温糖 さつまいも はちみつ 三温糖	パプリカパウダー トマトケチャップ	770	23.1
15	水	★牛乳 ★埼玉県産抹茶食パン オムレツのホワイトソースかけ スイスチャードのソテー シェルマカロニのトマトスープ ★埼玉県産いちごゼリー	★牛乳 オムレツ 牛乳 ベーコン ベーコン	マッシュルーム パセリ ほうれん草 スイスチャード 人参 コーン 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	生クリーム 小麦粉 バター バター 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 ★いちごゼリー	743	25.6
16	木	★牛乳 ご飯(地場産米) ★彩の国納豆(たれ・辛子付き) 筑前煮 野菜の味噌マヨ和え	★牛乳 納豆 鶏肉 凍り豆腐	人参 たけのこ さやいんげん 蓮根 ブロッコリー 人参 コーン	米 こんにゃく 里芋 サラダ油 三温糖 ごま	だし(鯉節・昆布) 赤みそ マヨネーズ風味調味料	772	32.5
17	金	★牛乳 キムチチャーハン きびなのサクサク揚げ トック りんご	★牛乳 豚肉 きびなのサクサク揚げ 卵	白菜キムチ 長葱 グリンピース にら 人参 干し椎茸 りんご	米 麦 ごま油 揚げ油 トック ごま油	ガラボン(豚骨)	728	25.4

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)
20月	★ミルクコーヒー ★山型食パン (★マーマレードジャム) チキンのハニーマスタード焼き コーンポテト 青菜ときのこのスープ	★ミルクコーヒー 鶏肉 ベーコン	玉葱 小松菜 人参 えのき茸 しめじ クリームコーン パセリ	★山型食パン はちみつ じゃが芋 バター サラダ油 でん粉	★マーマレードジャム ドレッシング 粒マスタード カラボン(豚骨)	787	30.2
21火	★牛乳 豆腐ラーメン (★中華麺) (汁) しゅうまい 春雨のごまだれ和え ★いがまんじゅう	★牛乳 豆腐 豚肉 大豆ミート しゅうまい	長葱 小松菜 人参 生姜 もやし きゅうり 人参 きくらげ	★中華麺 ごま油 三温糖 でん粉 春雨	オイスターソース トマトソース カラボン(豚骨) ドレッシング ★いがまんじゅう	879	35.8
22水	★牛乳 ひじきご飯 鱈(マス)フライ 白菜の梅おかか和え さつまい	★牛乳 さつまいも揚げ 油揚げ ひじき 鱈フライ かつお節 鶏肉	人参 干し椎茸 白菜 小松菜 人参 大根 人参 長葱	米 もち米 こんにゃく 三温糖 揚げ油 三温糖 さつまいも こんにゃく サラダ油	だし(昆布) 中濃ソース 練り梅 白みそ 赤みそ だし(鰹節・昆布)	801	32.1
24金	★牛乳 ポークカレー (麦ご飯) (ルウ) ひじきのサラダ ヨーグルト和え	★牛乳 豚肉 ひじき プレーンヨーグルト	玉葱 人参 にんにく 生姜 ソテーオニオン トマト缶 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 みかん缶 パイン缶	米 麦 じゃが芋 サラダ油 小麦粉 オリーブ油 三温糖 グラニュー糖	カレー粉 カレールウ	798	26.5
27月	★牛乳 ピタサンド (★ピタパン) (チリコンカン) 焼き栗コロッケ 大根とブロッコリーのサラダ	★牛乳 金時豆 手巾豆 大豆 豚肉 ベーコン 大豆ミート	枝豆 玉葱 人参 にんにく トマト缶 ソテーオニオン トマトペースト 大根 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン レモン果汁	★ピタパン オリーブ油 三温糖 栗コロッケ 揚げ油 オリーブ油 三温糖	トマトケチャップ ハヤシルウ 中濃ソース チリパウダー カレー粉 マヨネーズ風味調味料	756	29.0
28火	★牛乳 ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 揚げ出し豆腐 はりはり漬け みかん	★牛乳 鶏肉 揚げ出し豆腐 昆布	玉葱 人参 生姜 グリンピース 大根 きゅうり 人参 切干大根 みかん	米 じゃが芋 三温糖 サラダ油 でん粉 揚げ油 三温糖 ごま	だし(鰹節・昆布)	804	23.9
29水	★ジョア(マスカット) フィッシュ サンド (★コッペパン) (太刀魚フライ) (★タルタルソース) ニョッキのジェノベーゼソース 野菜スープ	★ジョア(マスカット) 太刀魚フライ 豆乳 チーズ ベーコン いんげん豆	にんにく バジルペースト キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 えのき茸	★コッペパン 揚げ油 ニョッキ オリーブ油 サラダ油	★タルタルソース カラボン(豚骨)	715	24.8
30木	★牛乳 中華丼 (ご飯) (具) 味噌ポテト 杏仁豆腐	★牛乳 豚肉	生姜 白菜 玉葱 人参 たけのこ チンゲン菜 きくらげ みかん缶 パイン缶	米 麦 ごま油 でん粉 じゃが芋天ぷら 揚げ油 三温糖 グラニュー糖	オイスターソース 白みそ 杏仁豆腐	900	24.9
回数	※「その他」に含まれる次の食品は、記載を省略しています。 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					平均	
19	※ ★のマークがついているものは、個包装されています。					804	28.6

※10日(金)は、3年生の給食はありません

【給食総選挙の献立を実施します!!】

給食委員会で実施した人気投票で、1~3位に
ランクインしたメニューを実施します。お楽しみに♪

- 1位 揚げパン(ココア) 2日(木)
- 2位 キムチチャーハン 17日(金)
- 3位 カレーライス 24日(金)



-----給食試食会を実施しました-----

9月27日に実施し、約50名の保護者の方々にご参加いただきました。

給食の歴史やさいたま市の給食の実態、また本校の給食室の様子等を具体的に知ることができて良かった、という声や、給食が無くなる4年生以降も給食を希望したいという声がありました。

今後も、安心・安全な学校給食の運営に努めていきますので
ご理解・ご協力をお願いいたします。