



令和6年度 2月 予定献立表

さいたま市立向小学校

日	献立名			主な食品			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	おかず	血や肉を作る(赤)	働く力や体温になる(黄)	体の調子を整える(緑)		
3月	6-1代表献立 ★セルフえほうまき		★はくさいとにくだんご おひとりさまなべ ★だいずおこし	ぎゅうにゅう のり たまご とうふ にくだんご だいず	こめ さとう しらたき ごまあぶら ごま はちみつ	きゅうり かんぴょう ほししいたけ れんこん はくさい にんじん ねぎ しめじ	562	21.8
4火	★とりねぎゆずしおうどん(じこなうどん)		ココロ道だいがくいちも なめたけあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ しろはなまめ	じこなうどん さとう ごまあぶら さつまいも でんぶん あぶら はちみつ	にんじん だいこん ゆず ねぎ こまつな キャベツ もやし えのきたけ	578	21.5
5水	むぎごはん		いわしのかばやき みそけんちんじる こんぶあえ	ぎゅうにゅう いわし とうふ みそ こんぶ	こめ むぎ でんぶん あぶら さとう じゃがいも こんにゃく	ごぼう にんじん だいこん こまつな ねぎ キャベツ きゅうり	599	24.0
6木	パブリカライスのクリームソースかけ		ツナサラダ	ぎゅうにゅう えび いか あさり なまクリーム ツナ	こめ にゅうなしバター こむぎこ あぶら バター さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース キャベツ きゅうり	565	21.7
7金	むぎごはん		じゃがマーボー こまつなとわかめのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず わかめ みそ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	しょうが にんにく ねぎ こまつな たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ きゅうり とうもろこし	558	20.8
10月	ソイどん(むぎごはん)		とんじる ゆかりあえ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく パーコン とうふ みそ こんぶ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく カレールウ	しゅんぎく ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが キャベツ もやし きゅうり	575	27.9
11火	けんこくきねん ひ 建国記念の日							
12水	セレクト給食 セルフバーガー		①ハンバーグor②コロッケ キャベツ ふゆやさいのミルクに	①ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく パーコン ②ぎゅうにゅう とりにく パーコン	こどもパン さつまいも こむぎこ バター こどもパン さつまいも じゃがいも こむぎこ バター	キャベツ たまねぎ にんじん かぶ とうもろこし マッシュルーム フロccoli キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん とうもろこし マッシュルーム フロccoli かぶ	617	27.5
13木	むぎごはん		とうふのごまたんたんに わかめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず わかめ とうふ みそ	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま ラーゆ	はくさい もやし しめじ ねぎ にんにく チンゲンサイ だいこん きゅうり	551	23.6
14金	バレンタイン献立 ミートソース スパゲティ		★にんじんドレッシングサラダ ★てづくりチョコブラウニー	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご	スパゲティ あぶら さとう こむぎこ バター ベーキングパウダー ココア	たまねぎ トマト にんじん セロリ パセリ にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし ほしぶどう	643	26.1
17月	むぎごはん		こまつなふりかけ ぶりのみぞれあえ なめこじる	ぎゅうにゅう ぶり とうふ みそ ちりめんじゃこ	こめ むぎ ごまあぶら でんぶん あぶら さとう	こまつな しょうが だいこん こねぎ たまねぎ にんじん ねぎ なめこ	638	28.6
18火	コーンみそ ラーメン (ちゅうかめん)		てづくりじゃがまる くきわかめのピリからあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ チーズ くきわかめ	ちゅうかめん あぶら じゃがいも でんぶん さとう ごまあぶら	にんじん もやし ねぎ いら しょうが とうもろこし キャベツ きゅうり にんにく	587	27.3
19水	郷土料理～青森県～ ほたてと エリンギのごはん		さわらのさいきょうやき せんべいじる	ぎゅうにゅう とりにく ほたて あぶらあげ さわら さいきょうみそ	こめ さとう しらたき あぶら なんぶせんべい	にんじん しめじ エリンギ ごぼう キャベツ ねぎ	612	32.0
20木	★カツたまどん (むぎごはん)		(とんかつ) (たまごとじ) わふうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご とりにく わかめ	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり にんじん	593	24.1
21金	シーフードカレー (むぎごはん)		こんにゃくサラダ ほんかん	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび あさり チーズ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう こむぎこ バター こんにゃく ごま	たまねぎ にんじん セロリ にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし ほんかん	595	23.5
24月	ふりかえきゅうじつ 振替休日							
25火	2しよくあげパン (こくとうきなこ &ココア)		ポトフ ひじきのマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき きなこ	こどもパン あぶら ココア さとう くろざとう じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ かぶ セロリ きゅうり だいこん	672	23.2
26水	むぎごはん		あつあげとさといものごまみそに いそかあえ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ のり みそ	こめ むぎ さといも あぶら さとう ごま こんにゃく	ごぼう にんじん こまつな もやし キャベツ	554	23.6
27木	★はるさめのそぼろ いためどん (むぎごはん)		ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ	こめ むぎ ごまあぶら あぶら オイスターソース さとう でんぶん はるさめ	しょうが にんにく たけのこ にんじん ねぎ いら チンゲンサイ たまねぎ こまつな もやし とうもろこし	565	24.4
28金	チキンピラフ		ししゃもフリッター ミネストローネ	ぎゅうにゅう とりにく ししゃも パーコン しろいんげんまめ	こめ あぶら こむぎこ じゃがいも マカロニ	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリーンピース セロリ キャベツ トマト	639	25.3

※ 都合により献立や食材等変更になることがありますので、ご了承ください。 ※ ★は、新献立です。