

令和5年 7月

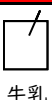
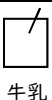


よていこんだてひょう



さいたま市立上落合小学校

7月19日で1学期の給食は終了です。2学期もおいしい給食を作っていきます。子どもたちには、ご家庭での配膳・下膳のお手伝いや、保護者の方と一緒に料理を作るなど、いろいろな形で「食」に触れてほしいと考えております。ご家庭でのご協力をお願いいたします。

日曜	こんだてめい		体をつくる 赤の食品	エネルギーになる 黄の食品	体の調子を整える 緑の食品	エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)	
	世界の献立【アメリカ】							
3月	スラッピージョー (スライスコッペン)	 牛乳	クラシックマッシュポテト コールスローサラダ	ぎゅうにゅう (マッシュポテトにも) ぶたにく レンズまめ	パン あぶら パンこ じゃがいも バター さとう	にんにく たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ きゅうり にんじん コーン	520	20.7
4火	やきとりごはん	 牛乳	あつやきたまご うましおあえ	ぎゅうにゅう とりにく みそ たまご こんぶ	こめ ごまあぶら さとう でんぶん	にんにく しょうが ながねぎ りんご きゅうり キャベツ	506	21.0
5水	ごはん	 牛乳	しせんどうふ くきわかめのチョナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ くきわかめ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ながねぎ にんにく しょうが グリンピース もやし こまつな コーン	553	23.6
6木	☆七夕献立 さけずし	 牛乳	たなばたじる たなばたフルーツポンチ	ぎゅうにゅう さけ たまご のり かつおだし とりにく とうふ かまぼこ かんてん	こめ あぶら ごま さとう そうめん ふ かんてん	えだまめ だいこん にんじん みかん パイン	552	21.8
★6-4★ 村神様のベッパ-ミル給食								
7金	村カミーうどん	 牛乳	天使のちく輪 ぶっ飛ぶ! 特製こんにやくサラダ 神様の大好物	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおだし あぶらあげ ちくわ あおのり	うどん あぶら でんぶん こむぎこ こんにやく さとう	にんじん たまねぎ もやし こまつな きゅうり だいこん コーン	617	26.7
☆6-1☆ おいしさいっぱい給食								
10月	夢のふわふわ メロンパン	 牛乳	行列のできるメンチカツ 海のサッパリ海そうサラダ これでみんなも英語好き! ABCスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ウインナー	パン パンこ さとう こむぎこ でんぶん あぶら ごまあぶら ごま じゃがいも マカロニ	たまねぎ だいこん きゅうり コーン にんじん セロリ マッシュルーム キャベツ	711	23.2
11火	とうもろこしごはん	 牛乳	ホキのたつたあげ ごまぜあえ	ぎゅうにゅう ホキ	こめ あぶら でんぶん ごま さとう	とうもろこし しょうが こまつな キャベツ もやし	518	19.1
12水	ズッキーニとなすの トマトペンネ	 牛乳	だいずとなつやさいチップス ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいず ツナ	マカロニ あぶら さとう こむぎこ	にんにく たまねぎ なす ズッキーニ マッシュルーム トマト ピーマン きピーマン ゴーヤ かぼちゃ にんじん キャベツ きゅうり	541	23.4
13木	郷土料理【福岡】 かしわめし	 牛乳	ししゃものなんばんづけ いそかあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししゃも のり	こめ こんにやく でんぶん あぶら さとう	にんじん しいたけ ごぼう ながねぎ こまつな もやし キャベツ	534	24.8
★6-2★ アニメ飯実現！ドキドキ給食								
14金	幻の フルーツサンド だゾ！	 牛乳	ルフィが好きなBBQチキン カリン様作った 仙豆入りミネストローネ	ぎゅうにゅう ホイップクリーム とりにく ベーコン だいず	パン でんぶん あぶら さとう じゃがいも マカロニ	みかん パイン なし りんご レモン にんにく たまねぎ にんじん セロリ トマト マッシュルーム キャベツ	654	25.1
18火	ぶたキムチどん	 牛乳	はるさめサラダ れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ ごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ には はくさい ながねぎ キャベツ きゅうり もやし コーン みかん	544	20.9
☆6-3★ 堀内パワー定食								
19水	堀内筋カツカレー	 牛乳	森々サラダ 心も体もcoolだぜ！ キンキンフロゼンゼリー	ぎゅうにゅう とりにく わかめ	こめ あぶら じゃがいも こむぎこ さとう パンこ こめこ でんぶん ごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリ りんご マッシュルーム トマト こまつな きゅうり コーン しらぬい	675	24.6

※4日厚焼きたまご…鶏卵、小麦成分、大豆成分を含みます。

※7日ガリガリ君…りんご果汁を含みます。

※10日メンチカツ…小麦成分、大豆成分、鶏肉、豚肉を含みます。

※14日ホイップクリーム…乳成分、大豆を含みます。

※19日チキンカツ…小麦成分、大豆成分を含みます。

☆献立表にはパンの詳しい成分や調味料、加工品については記載しておりません。

内容を知りたい場合は担任を通じて聞いていただくか、栄養教諭までご連絡ください。

★食材などの購入都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

○給食費の減額は、連続5日を越えて欠食の場合に届け出の翌々日からとなります。連続5日以内の欠食は減額できません。ご家庭からの申し出が必要ですのでご注意ください。給食休止額は学校HPに掲載しております。

○はし、スプーン等の持参にご協力ありがとうございます。毎日清潔なものをご用意ください。

