

令和7年 3月

よていこんだてひょう

さいたま市立上落合小学校

今年度の給食もあとわずかです。給食はみんなが「同じ物を食べる」ことで児童同士の仲間としての意識の向上や団結力が育っていくのではないかと思います。食べ物は豊かな心を作る材料の一つです。体だけでなく、心もたくましく成長していく…給食がそんな場であってほしいと願っています。今のクラスで食べる最後の月となりました。楽しみながら食べてもらいたいです。今月は「6年生・夢の給食プロジェクト」を実施いたします。詳しくは給食だよりをご覧ください。また、リクエストのあったメニュー(♡マーク)がたくさん登場します。

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)	
ひなまつり献立								
3	月	ひなずし 牛乳	きびなどのカリカリフライ はるいろおすまし	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ きんしたまご のり きびなご やさいミックスボール とうふ わかめ	こめ さとう ごま あぶら でんぶん げんまいこ おふ じゃがいも こめこ	にんじん れんこん しいたけ かんばん さやいんげん だいこん たけのこ しょうが	587	23.3
4	火	だいこんとツナの わふうスパゲッティ 牛乳	ハッシュドポテト ごまみそサラダ	ぎゅうにゅう まぐろみずに のり わかめ みそ	スパゲッティ あぶら さとう じゃがいも ごま	だいこん キャベツ きゅうり とうもろこし	556	22.1
5	水	キムチチャーハン 牛乳	しょうろんぼう わかめスープ	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく とうふ わかめ	こめ あぶら はるさめ ごま でんぶん さとう こむぎこ	はくさい たまねぎ ながねぎ いら キャベツ たけのこ しいたけ しょうが にんじん こまつな にんにく	563	20.0
6	木	きくらげとぶたにくの たきこみごはん 牛乳	さわらのさいきょうやき さつまじる	ぎゅうにゅう ぶたにく さわら みそ あぶらあげ	こめ あぶら さとう ごま こんにやく さつまいも	しょうが きくらげ にんじん しょうが だいこん しいたけ ながねぎ	619	29.5
7	金	おぎごはん 牛乳	ヤンニョムチキン チョレギサラダ にらたまスープ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ のり ベーコン とうふ たまご	こめ おぎ でんぶん あぶら さとう ごま	にんにく キャベツ きゅうり あかピーマン たまねぎ たけのこ いら	690	26.5
10	月	だいちいり ひじきごはん 牛乳	ホキのやくみソースがけ からしあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ だいち ひじき ホキ	こめ あぶら いらたき さとう でんぶん	にんじん しいたけ ながねぎ にんにく しょうが もやし キャベツ こまつな	556	23.5
6-4【元気もりもり給食】								
11	火	スタミナたっぷり! わかサンドパン (こどもパン) 牛乳	パワーの源泉! コンソメスープ ちからこぶシューアイス	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	パン あぶら こむぎこ でんぶん シューアイス	にんにく キャベツ にんじん たまねぎ だいこん	615	23.8
6-2【埼玉の美味しさ100倍給食】								
12	水	埼玉県民には狭山茶でも食 わせておけ!! 狭山っ茶あげパン 牛乳	ヘルシーでお姉さんも大好き! 秩父こんにやくサラダだぞ!! 「うまい、うますぎる」 ヨーロッパの風が語りかける ミネストローネ	ぎゅうにゅう ベーコン だいち	パン あぶら さとう こんにやく じゃがいも マカロニ	きゅうり だいこん とうもろこし たまねぎ にんじん セロリ まっちゃ マッシュルーム ロマネスコ トマト キャベツ カーボロネロ	598	20.1
6-3【アニメで出ていた食べ物給食に…!? 夢のアニメ飯】								
13	木	ジャイアンと勝井 (おぎごはん) 牛乳	無一郎みたいに強くなれ! 海藻サラダ おじや丸特製プリンは 栄養たっぷり	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご とりにく かいそう	こめ おぎ あぶら さとう でんぶん さとう ごま とうにゅうプリン	たまねぎ グリンピース だいこん きゅうり とうもろこし	663	24.8
6-1【武宮愛子のスタミナ給食】								
14	金	元気100倍 スタミナ丼 (おぎごはん) 牛乳	ハラハラドキドキ ピリ辛きゅうり 気になるあの子にお返し ハートカップ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	こめ おぎ あぶら でんぶん さとう ごま いちごのハートカップ	にんじん たまねぎ もやし いら しょうが にんにく きゅうり	589	21.3
17	月	ポークカレー (おぎごはん) 牛乳	てづくりふくじんづけ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	こめ おぎ じゃがいも あぶら マーガリン(乳不使用) こむぎこ さとう	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご きゅうり だいこん れんこん	609	19.7
18	火	きなこトースト 牛乳	とうふのスープに さわやかサラダ	ぎゅうにゅう きなこ とりにく かまぼこ とうふ	パン マーガリン(乳不使用) さとう でんぶん あぶら	しょうが にんじん だいこん えのきたけ はくさい こまつな キャベツ きゅうり なつみかん たまねぎ	551	21.7
おめでとう献立								
19	水	おせきはん 牛乳	さわにわん いちごとカスタードの おいわいタルト♡	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ	アルファかまい ごま あぶら こんにやく でんぶん パイタルト カスタード いちごジャム	ごぼう にんじん だいこん しいたけ ながねぎ	553	16.9

☆加工品の製造工場では小麦、乳、やまいも、卵、ごまを含む製品を製造している場合があります。★食材などの購入都合などにより、献立を変更することもありますのでご了承ください。
 ☆献立表にはパンの詳しい成分や、細かい調味料、加工品については記載していません。内容をお知りになりたい場合は担任の先生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。
 ★学校給食の変更に関する届出について
 次に該当する場合は、食材発注の都合上、事由の生じる6日前(土日祝・年末年始除く)までに学校給食喫食内容変更届を学校に提出する必要があります。
 ・食物アレルギー等による学校給食の全部を停止、若しくは牛乳停止又は牛乳のみの提供となる場合
 ・停止していた給食を再開する場合
 ・傷病等により、学校給食を実施する日において6日以上欠食する場合
 ※期限内に提出がない場合は、学校給食費の減額処理や学校給食の提供ができなくなりますので、あらかじめご通知おきください。
 ※おはしやスプーン、フォークなどはご家庭からの持参をお願いしています。毎日持ち帰り、清潔にしてください。ご協力をお願いいたします。

