
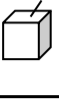


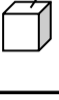






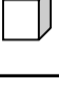

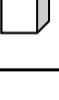


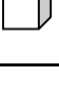

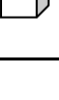
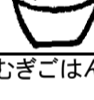
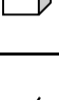


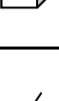
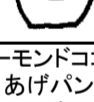
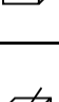
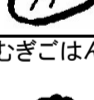
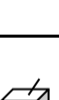
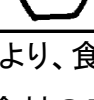
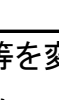


# 🌸 4月 予定献立表 🌸

さいたま市立本太小学校

日付	曜日	こ ん だ て			主に働く方や体温のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子をととのえるもの	エネルギー	たんぱく質	
		主食	牛乳	主菜・副菜						黄の食品
12	水	はくはん 		なまあげとぶたにくのみそに いそかあえ 	新しいクラスで食べる初めての給食です。今年度もモリモリ食べる本太っ子で元気に1年を過ごしましょう！	米 油 さとう	牛乳 豚肉 生揚げ みそ のり	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ながねぎ さやいんげん こまつな キャベツ えのきたけ	581	25.8
13	木	カレーライス 		こんにやくサラダ くだもの(きよみオレンジ)		米 油 さとう じゃがいも バター 小麦粉 ごま	牛乳 豚肉 チーズ	たまねぎ にんにく しょうが セロリー にんじん こんにやく キャベツ きゅうり コーン きよみオレンジ	590	18.6
14	金	はるキャベツの スパゲッティ 		キャラメルポテト フレンチサラダ おいおいデザート 	4月15日は本太小学校の開校記念日です。今年で108年目となりました。本太小の校章にもなっている「さくら」のゼリーでお祝いしましょう。	めん 油 さとう さつまいも バター デザート	牛乳 ペーコン 豚肉 まぐろ	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり みかん	631	23.3
17	月	キムチ チャーハン 		ししゃもフライ きわかめのチョナムル		米 油 ごま パン粉 さとう	牛乳 豚肉 こんぶ たまご スキムミルク わかめ ししゃも	にんじん しょうが ピーマン はくさい だいこん にんにく ながねぎ もやし えのきたけ	640	26.5
18	火	おやこどん 		こぶまめ こまつなサラダ		米 さとう でんぶん 油 ごま	牛乳 鶏肉 たまご 大豆 昆布	たまねぎ にんじん さやえんどう こまつな きゅうり キャベツ	616	26.1
19	水	ツイストパン 		マカロニのクリームに コーンサラダ 	1年生の開始が始まります。きちんと食べられるか不安もあるかもしれませんが、大丈夫です。ゆっくりに給食に慣れていきましょう。	パン さとう 油 マカロニ バター 小麦粉 じゃがいも	牛乳 鶏肉 チーズ あさり	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ グリーンピース こまつな きゅうり コーン	650	23.9
20	木	こどもパン 		ハンバーグデミグラスソースかけ こふきいも やさいスープ		パン 油 小麦粉 じゃがいも パン粉 さとう	牛乳 豚肉 鶏肉 ペーコン いんげん豆	たまねぎ マッシュルーム パセリ にんじん えのきたけ キャベツ こまつな しょうが トマト	641	26.4
21	金	だいすいり ひじきごはん 		さわらのやくみソースかけ ゆかりあえ		米 油 さとう でんぶん	牛乳 鶏肉 ひじき 大豆 さわら	にんじん にんにく しょうが ながねぎ キャベツ もやし きゅうり	604	26.2
24	月	はくはん 		みそカツ だいこんときゅうりのしょうがじょうゆあえ はちはいじる 	愛知県の郷土料理を紹介します。みそカツは名古屋市が発祥の料理です。八杯汁は三河地方で古くから親しまれている精進料理	米 油 さとう さといも でんぶん 小麦粉 パン粉	牛乳 豚肉 みそ とうふ 油揚げ はんぺん	ごぼう にんじん しいたけ こんにやく ながねぎ きゅうり だいこん しょうが	618	24.2
25	火	むぎごはん 		にくじゃが ごまあえ		米 麦 油 じゃがいも さとう 麩 ごま	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん こまつな キャベツ もやし	582	21.4
26	水	たけのこごはん 		さばのたつたあげ みそしる		米 油 さとう でんぶん	牛乳 鶏肉 油揚げ さば みそ とうふ わかめ	にんじん たけのこ さやえんどう しょうが たまねぎ ながねぎ	644	29.2
27	木	アーモンドココア あげパン 		ポトフ かいそうサラダ		パン 油 ココア アーモンド さとう ごま じゃがいも	牛乳 豚肉 わかめ こんぶ とさかのり	セロリー たまねぎ にんじん かぶ キャベツ だいこん きゅうり コーン	582	21.5
28	金	むぎごはん 		マーボーどうふ はるさめサラダ		米 麦 油 さとう でんぶん はるさめ	牛乳 豚肉 とうふ	しょうが にんにく ながねぎ たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ きゅうり もやし キャベツ	577	24.6

※都合により、食材等を変更することがあります。

※おもな食材の産地については、月ごとにまとめて学校HP(motobuto-e@saitama-city.ed.jp)に載せますので御覧ください。

※毎月、19日は「食育の日」です。24日は愛知県の郷土料理です。

今月の  
地場産物

○12.18.19.20.25日の小松菜は、緑区の若谷さんが給食用に時間をかけて大切に育ててくださったものです。  
○12.24日の長ねぎ、19.27日のきゅうりは、緑区の萩原さんと周辺の農家の方が育てた特別栽培農産物です。

本太小学校には、「野菜レンジャー」という給食委員会がつくったキャラクターがいます。  
給食行事や献立表に登場しますので、よろしくお願ひします。



たまご



とまご

### <キャラクター紹介>



ぴーた



くわみ