



日付 (曜日)	献立 (こんだて)				熱や力となるもの (きいろ)	血 肉 骨 となるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量(Kcal) たんぱく質(g)			
	主食	飲物	おかず					小学生	中学生		
12日 (月)	ちゅうか めん	牛乳	タンメン ねぎみそパオズ かいそうサラダ(パンパンジードレッシング)		ちゅうかめん ドレッシング こむぎこ	牛乳 ぶたにく なんと みそ わかめ	にんにく しょうが にんじん キャベツ たけのこ もやし ながねぎ だいこん コーン	602 26.2	750 31.5		
13日 (火)	せきはん (ごましお)	牛乳	入学・進級おめでとう献立 ★とりのからあげ キャベツのおひたし(かつおぶし しょうゆ) すましじる アセロラゼリー		せきはん ごましお でんぶん あぶら アセロラゼリー	牛乳 とりにく かつおぶし はんぺん とうふ	キャベツ にんじん もやし ほうれんそう えのきだけ ながねぎ	668 27.1	822 32.2		
14日 (水)	ツイスト パン	牛乳	コーンコロッケ(ソース) ブロッコリーサラダ(ごまみしおドレッシング) クラムチャウダー		ツイストパン パンこ あぶら ドレッシング ホワイトルウ じゃがいも	牛乳 ベーコン あさり スキムミルク	コーン ブロッコリー カリフラワー にんじん たまねぎ バセリ	717 25.4	924 31.6		
15日 (木)	むぎ ごはん	牛乳	ハヤシライス おやまごまめサラダ(ロールスロドレッシング) ㊤チーズ		むぎごはん ドレッシング ハヤシルウ	牛乳 だいちず ぶたにく チーズ スキムミルク	えだまめ にんじん たまねぎ にんにく トマト だいこん	687 22.7	902 29.8		
16日 (金)	ごはん	牛乳	さんまのかばやき きりぼしだいこんのもの とんじる		ごはん でんぶん あぶら さとう じゃがいも	牛乳 さんま とりにく ぶたにく とうふ みそ	きりぼしだいこん にんじん えだまめ ほししいたけ ながねぎ ごんにやく	698 26.5	870 31.8		
19日 (月)	地粉うどん	牛乳	郷土料理 大阪府 かんさいふうどうん たこやき(ソース) キャベツのサラダ(やさしいっぱいわふうドレッシング) ヨーグルト		地粉うどん こむぎこ ドレッシング	牛乳 たこ ぶたにく なんと あぶらあげ ヨーグルト	にんじん たまねぎ ながねぎ ほししいたけ キャベツ もやし	629 23.9	797 27.9		
20日 (火)	わかめ ごはん	牛乳	さばしおやき だいこんのいそかあえ(のり しょうゆ) どさんこじる		わかめごはん じゃがいも バター	牛乳 さば のり ぶたにく とうふ みそ	だいこん キャベツ にんじん たまねぎ コーン	600 25.3	771 30.7		
21日 (水)	しよくパン いちごジャム	牛乳	チキンマスタートやき イタリアンサラダ(イタリアンドレッシング) ★アルファベットスープ		しよくパン ドレッシング じゃがいも マカロニ いちごジャム	牛乳 とりにく ぶたにく	ブロッコリー きゅうり にんじん たまねぎ セロリ ちんげんさい	606 28.4	789 35.3		
22日 (木)	ごはん	牛乳	レバーとポテトのオーロラソースあえ こまつなのサラダ(ノンオイルあじそドレッシング) さわにわん		ごはん でんぶん あぶら さとう じゃがいも ドレッシング	牛乳 ぶたレバー ぶたにく なんと	こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん ながねぎ ほししいたけ ごんにやく	690 23.6	852 27.9		
23日 (金)	ごはん	牛乳	ハンバーグてりやきソースかけ ごもくきんびら なまあげのみそじる		ごはん さとう でんぶん ごま	牛乳 とりにく ぶたにく さつまあげ なまあげ みそ	ごぼう にんじん えだまめ だいこん ながねぎ たまねぎ	641 26.2	802 31.9		
26日 (月)	ちゅうか めん	牛乳	かつうらタンメン えびシューマイ ナムル(ナムルドレッシング)		ちゅうかめん こむぎこ さとう ごまあぶら でんぶん ドレッシング あぶら	牛乳 たら、えび ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ながねぎ いら だいこん ほうれんそう	594 26.1	771 32.4		
27日 (火)	むぎ ごはん	牛乳	かみかみ献立「いか」 いかのかりんあげ ごぼうサラダ(ごまドレッシング) わかめのみそじる		むぎごはん でんぶん あぶら さとう ドレッシング	牛乳 いか だいちず とうふ あぶらあげ わかめ みそ	ごぼう コーン にんじん だいこん たまねぎ ながねぎ	682 26.7	842 31.3		
28日 (水)	こどもパン	牛乳	カレイフライ(ソース) えだまめサラダ(サウザンアイランドドレッシング) やさいスープ		こどもパン パンこ あぶら ドレッシング じゃがいも	牛乳 カレイ とりにく	こまつな えだまめ にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム	648 25.4	832 30.9		
30日 (金)	ごはん	牛乳	ぶたにくのおろしソースがけ ひじきのもの なめこじる		ごはん でんぶん あぶら さとう	牛乳 ぶたにく とりにく ひじき さつまあげ だいちず とうふ あぶらあげ みそ	ごんにやく にんじん なめこ ながねぎ だいこん	646 27.4	800 33.2		
* 諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります。 *㊤は中学校のみの献立です。 * スプーンの欄に〇印のある日は、箸のほかスプーンもご用意ください。 *★印は人気献立ランキングベスト3位以内に入っている献立です。								4月平均栄養摂取量		651 25.8	830 31.7

令和3年度 学校給食使用食材の産地(鷲宮地区) 4月予定

食材	産地(予定)	食材	産地(予定)	食材	産地(予定)	食材	産地(予定)	食材	産地(予定)			
主食	米	埼玉(久喜産米)	乾物類	干椎茸	岐阜、島根 他	青果物	小松菜	久喜、埼玉	バセリ	茨城、千葉		
	パン	埼玉、アメリカ他		ひじき	長崎、韓国		なめこ	埼玉	枝豆	北海道	ちんげんさい	久喜
	麺	埼玉、アメリカ他		切干大根	宮崎		ごぼう	青森	玉ねぎ	北海道	キャベツ	愛知
牛乳	牛乳	埼玉、北海道他	のり	有明海	にんにく	青森	コーン	北海道	きゅうり	久喜、埼玉		
	<small>埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。</small>		いか	ペルー	もやし	栃木	カリフラワー	エクアドル	たけのこ	和歌山、徳島 他		
肉類	豚肉	埼玉、茨城 他	魚介類	カレイ	アメリカ	大根	茨城	じゃがいも	鹿児島	ブロッコリー	エクアドル	
	鶏肉	茨城、宮崎 他		あさり	中国	根生姜	長崎	えのきだけ	長野	ほうれん草	久喜、埼玉	
	ベーコン	群馬、千葉 他		さんま	台湾	長ねぎ	久喜、茨城	人参	徳島	セロリ	静岡	