

日	献立		赤	黄	緑	エネルギー (kcal)
曜日	献立	牛乳	おもに体をつくるものになる	おもにエネルギーのものになる	おもに体の調子を整える	たんぱく質 (g)
12 水	白飯		生揚げ 豚肉 わかめ	精白米	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり 大根 清見オレンジ	670
	生揚げのすき煮			じゃがいも 植物油 三温糖 こんにゃく		
	和風サラダ 清見オレンジ			植物油 三温糖		
13 木	ナポリタン		ハム	スパゲッティ・植物油	にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン	619
	スパイシーポテト&ピーズ		ミックスピーズ ひよこ豆	じゃがいも 植物油 でん粉	きゅうり キャベツ 玉ねぎ にんじん	
	フレンチサラダ		植物油 三温糖			
14 金	わかめご飯(ごま)	進級お祝い献立		精白米 ごま	616	
	メバルの竜田揚げ(魚)	メバルの竜田揚げ	植物油	小松菜 大根 にんじん えのきたけ		
	すまし汁 紅白団子	焼き麩 わかめ 豆腐	紅白団子			
17 月	とりごぼうご飯		鶏肉 油揚げ	精白米 三温糖 植物油	にんじん ごぼう しめじ	581
	厚焼き卵(卵)		厚焼き卵	豆腐 わかめ	小松菜 玉ねぎ にんじん 河内晩柑	
	みそ汁 河内晩柑		豆腐 わかめ			
18 火	白飯		のり佃煮	精白米	592	
	のり佃煮		いわし 昆布	三温糖		長ねぎ しょうが
	いわしの生姜煮(魚)		豆腐	さつまいもこんにゃく 植物油		大根 にんじん ごぼう 長ねぎ えのきたけ りんご
19 水	フラワーロール	1年生給食スタート		フラワーロール	637	
	ポークピーズ	大豆 豚肉 ベーコン	じゃがいも 三温糖 植物油	玉ねぎ にんじん にんにく 枝豆		
	ツナとコーンのサラダ	ツナ	植物油 三温糖 ノイグ マネース	大根 きゅうり コーン 玉ねぎ		27.6
20 木	白飯		豚肉	精白米	玉ねぎ にんじん さやいんげん 小松菜 キャベツ もやし にんじん 清見オレンジ	583
	肉じゃが			じゃがいも しらたき 植物油 三温糖		
	ごま和え(ごま) 清見オレンジ			ごま 三温糖		
21 金	チキンカレー (ターメリックライス)		鶏肉	じゃがいも 植物油	にんじん たまねぎ にんにく しょうが アップルソース	645
	小松菜とわかめのサラダ(ごま)		わかめ	精白米 植物油	小松菜 きゅうり コーン	
	ヨーグルト(乳)		ヨーグルト	ごま 三温糖 植物油		
24 月	きつねうどん (地粉うどん)		鶏肉 油揚げ わかめ	三温糖	にんじん 長ねぎ しいたけ	604
	笹かまぼこの磯辺揚げ(魚・卵)		笹かまぼこ 鶏卵 青のり	地粉うどん	植物油 小麦粉	
	香り漬け					
25 火	青菜とえびのピラフ(えび)		えび	精白米 植物油	玉ねぎ しめじ 小松菜	597
	フライドチキン		鶏肉	でん粉 小麦粉 植物油	キャベツ 玉ねぎ にんじん かぶ ほうれんそう	
	白いんげん豆のスープ		ベーコン 白いんげん豆 杉芽			
26 水	たけのこご飯	旬の食材：たけのこ		精白米 植物油 三温糖	たけのこ さやいんげん	618
	小いわしの唐揚げ(魚・魚卵)	小いわし	でん粉 植物油	にんじん 大根 すいき しいたけ 小松菜 長ねぎ りんご		
	川島呉汁 りんご(りんご)	大豆	じゃがいもこんにゃく 植物油			
27 木	はちみつパン(乳)	旬の食材：アスパラガス・春キャベツ		はちみつパン	602	
	春野菜のクリーム煮(乳)	鶏肉 ベーコン 白花豆 牛乳 チーズ	じゃがいも 植物油 小麦粉 バター	キャベツ 玉ねぎ にんじん アスパラガス		
	こんにゃくサラダ(ごま)	わかめ	こんにゃく 植物油 三温糖 ごま	大根 きゅうり コーン 玉ねぎ		23.4
28 金	馬宮のご飯	「5月1日はさいたま市民の日」献立		精白米	658	
	ホキの新玉ソースかけ(魚)	ホキ	でん粉 植物油	にんにく たまねぎ		
	まゆ玉汁 オレンジゼリー	鶏肉 油揚げ	まゆ玉団子 オレンジゼリー	にんじん 大根 しめじ 小松菜		25.9