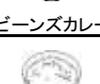
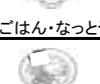


学校給食予定献立表

平成 29年8・9月分

さいたま市立与野本町小学校

日 曜	は し の 日	献 立 名	主 な 材 料 名			エネルギー (kcal)
			赤	黄	緑	たんぱく質 (g)
			からだをつくる	はたらく力のもと	からだの調子を整える	
30	水	 ツイストパン  ソーセージとまめのトマトに ポパイサラダ	牛乳 ウインナー だいず ひよこまめ チーズ	ツイストパン さとう じゃがいも あぶら ごまあぶら	たまねぎ にんにく にんにく マッシュルーム トマト コーン キャベツ ほうれんそう きゅうり	609 21.5
31	木	 ごはん  マーボー豆腐 ちゅうかきゅうり れいとうみかん	牛乳 ぶたにく とうふ みそ	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	たまねぎ たけのこ にんにく ねぎ しょうが にんにく しいたけ きゅうり みかん	582 23.8
1	金	 オレンジライス  じゃがいもイワシ かいそうサラダ	牛乳 ベーコン いわし かいそう	こめ パター あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも ごま こむぎこ パンこ	たまねぎ にんにく コーン えだまめ オレンジ しょうが トマト だいこん きゅうり	624 19.1
4	月	 ごはん  デミグラスハンバーグ マカロニサラダ オレンジ	牛乳 とりにく ぶたにく	ごはん パンこ さとう あぶら マカロニ	たまねぎ マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり コーン しょうが オレンジ	576 18.8
5	火	 ごはん・てっかみそ  にく豆腐 からしあえ	牛乳 だいず とうふ ぶたにく みそ	ごはん さとう しらたき あぶら	ねぎ にんにく えのき こまつな もやし	615 27.8
6	水	 コッペパン  スラッピージョー(まめいりミートソース) じゃがいものスープに	牛乳 ぶたにく ひよこまめ とりにく ベーコン	コッペパン あぶら パンこ じゃがいも	にんにく たまねぎ にんにく マッシュルーム トマト コーン たもぎたけ	569 24.4
7	木	 キムたまどん  旬の献立(ぶどう) ちゅうかあえ ぶどう(きよほう)	牛乳 ぶたにく たまご	ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ	しょうが にんにく にんにく たまねぎ たけのこ はくさい いら りんご ねぎ こまつな きゅうり だいこん ぶどう	578 25.5
8	金	 ごはん  じゃがいものにくみソース わふうサラダ	牛乳 ぶたにく みそ わかめ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	たまねぎ にんにく しいたけ さやいんげん キャベツ きゅうり だいこん	576 20.5
11	月	 とうふめし  群馬県の郷土料理 いかのかりんあげ こしねじる	牛乳 とうふ いか ぶたにく みそ	こめ さとう あぶら かたくりこ こんにやく	にんにく しめじ だいこん ねぎ しいたけ	559 25.7
12	火	 カレーピラフ  5年生校外学習 ししゃもフリッター やさいスープ	牛乳 ぶたにく ししゃも ベーコン	こめ パター あぶら かたくりこ	たまねぎ にんにく ピーマン マッシュルーム コーン キャベツ たもぎたけ こまつな	574 20.9
13	水	 わかめうどん  だいずとこぎかなのからあげ いそかあえ	牛乳 わかめ あぶらあげ のり だいず にぼし(いわし)	うどん さとう あぶら	にんにく ねぎ えのき しめじ ほうれんそう もやし	584 24.3
14	木	 うまにどん  お誕生日給食 こふきいも オレンジ	牛乳 ぶたにく いか えび うずらのたまご	ごはん あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ パセリ にんにく たけのこ きくらげ はくさい チンゲンサイ オレンジ	559 23.2
15	金	 うめじゃこごはん  さばのからみやき そくせきづけ	牛乳 ちりめんじゃこ さば	こめ ごま さとう ごまあぶら あぶら	うめ しそ キャベツ きゅうり	545 20.1
19	火	 はちみつパン  旬の献立(さつまいも) さつまいものシチュー アーモンドサラダ	牛乳 とりにく ベーコン チーズ	はちみつパン あぶら さつまいも パター さとう こむぎこ アーモンド	たまねぎ にんにく しめじ マッシュルーム ピース コーン キャベツ きゅうり	618 21.3
20	水	 やきにくチャーハン  こあじかりかりあげ ナムル	牛乳 ぶたにく あじ	こめ さとう あぶら ごまあぶら ごま かたくりこ こむぎこ	にんにく にんにく しょうが ねぎ こまつな ザーサイ ほうれんそう もやし	560 22.5
21	木	 ごはん  旬の献立(さんま) さんまのかばやき とうふのみそしる ごまずあえ	牛乳 さんま とうふ わかめ みそ	ごはん あぶら さとう かたくりこ ごま	にんにく ねぎ こまつな キャベツ	659 23.1
22	金	 こぎつねずし  きびなごいそペフライ けんちんじる	牛乳 とりにく とうふ あぶらあげ あおのり こんぶ きびなご	こめ さとう じゃがいも あぶら こんにやく パンこ こむぎこ	にんにく きぬさや ねぎ しいたけ だいこん ごぼう	562 21.4
25	月	 ごはん  旬の献立(プルーン) なまあげのカレーに おひたし プルーン	牛乳 なまあげ ぶたにく	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ バター あぶら ごま	しょうが にんにく ねぎ トマト たまねぎ ピース こまつな キャベツ もやし プルーン	625 22.4
26	火	 ゆかりごはん  さけのおろしソースかけ ごじる	牛乳 さけ だいず あぶらあげ とりにく みそ	ごはん こんにやく あぶら かたくりこ じゃがいも さとう	だいこん にんにく ねぎ しそ	607 26.4
27	水	 ビーンズカレー  1年生校外学習 こんにやくサラダ ヨーグルト	牛乳 ぶたにく だいず ひよこまめ きんときまめ チーズ ヨーグルト	ごはん さとう あぶら こむぎこ こんにやく ごま	たまねぎ セロリー コーン にんにく しょうが トマト だいこん きゅうり	662 21.4
28	木	 ごはん・なっとう  2年生校外学習 じゃがいものそぼろに ゆかりあえ	牛乳 なっとう ぶたにく ひよこまめ	ごはん じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	にんにく えだまめ こまつな だいこん もやし コーン	636 22.6
29	金	 タンメン  6年生校外学習 ミルクいもぼう こまつなごまあえ	牛乳 ぶたにく うずらのたまご だっしふんにゅう	ちゅうかめん あぶら かたくりこ さつまいも ごま さとう	しょうが にんにく もやし キャベツ しいたけ ねぎ チンゲンサイ こまつな	674 25.8

\* 献立は天候や納品状況などの都合により、変更になることがあります。ご了承ください。

☆☆☆☆☆☆9/6(水)の献立の『スラッピージョー』とは??☆☆☆☆☆☆  
スラッピージョーという料理は、アメリカ発祥の豚ひき肉と豆が入ったミートソースです。「スラッピー」とは「なまけもの」や「汚れる」という意味があり、片手で簡単に食べることができることや、食べると口の周りが汚れることから付いた名前だと言われています。「ジョー」はアメリカでの一般的な名前だそうです。9/6(水)の献立は、コッペパンに挟んで食べます。みなさんは上手に食べられるでしょうか…?