

令和7年11月 予定献立表

さいたま市立栄小学校

日	献立名			主な食品			エネルギー(kcal)
	主食	牛乳	おかず	主に血や肉となる食品(赤)	主に熱や力となる食品(黄)	主に体の調子を整える食品(緑)	たんぱく質(g)
4(火)	ひがしまつやま やきとりごはん		こまつなぎょうざ さつまじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	こめ ごまあぶら さとう ごま こむぎこ さつまいも あぶら	にんにく しょうが ねぎ りんご こまつな キャベツ たまねぎ にんにく こんにゃく にんじん	602 22.4
5(水)	おっきりこみ うどん		ゼリーフライ こまあえ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ おから	こむぎこ さとう さといも じゅかいも こむぎこ ごま	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しいたけ たまねぎ こまつな もやし	608 21.9
6(木)	キャロット パン		さいのくにシチュー かいそうサラダ	ぎゅうにゅう とりにく しろはなまめ わかめ とさかのり こんにゃく	こむぎこ にんじん さとう あぶら さつまいも バター ごまあぶら	たまねぎ にんじん しめじ フロッコリー きゅうり キャベツ コーン	611 21.0
7(金)	かみかみ キムチごはん		こいわしのさやまちやフライ けんちんじる いい歯の日献立	ぎゅうにゅう ぶたにく かたくちいわし とりにく とうふ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら こむぎこ	はくさい しいたけ えだまめ こんにゃく ねぎ にんにく しょうが だいこん にんじん ごぼう こまつな	630 26.3
10(月)	むぎごはん		たらのやくみソース ピリからもやし はるさめスープ	ぎゅうにゅう すけそうだら ベーコン わかめ	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら はるさめ	にんにく しょうが ねぎ もやし きゅうり たまねぎ にんじん チンケンサイ	608 21.8
11(火)	スイートポテト トースト		にくだんごトマトスープ チーズサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく チーズ しろいんげんまめ	こむぎこ さとう あぶら さつまいも バター	しめじ にんじん たまねぎ チングンサイ にんにく トマト バセリ キャベツ きゅうり	602 22.1
12(水)	就学時健診(給食はありません)						
13(木)	むぎごはん		こえどカレー だいこんサラダ ヨーグルト お誕生日給食	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ヨーグルト	こめ むぎ さつまいも あぶら こむぎこ バター さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが セロリ りんご トマト だいこん きゅうり コーン	687 21.8
14(金)	県民の日						
17(月)	かてめし		さばのねぎみそやき まゆだまじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ さば とりにく なると	こめ あぶら さとう しらたまもち ジャガイモ さとう	すいき しいたけ こんにゃく にんじん こまつな ねぎ たまねぎ しめじ	630 22.4
18(火)	ふかやねぎ ラーメン		さいたまにんじんしゅうまい こまつなとわかめのサラダ バニラだいふく 開校記念日お祝い献立	ぎゅうにゅう ぶたにく すけそうだら わかめ とうにゅう	こむぎこ あぶら ごまあぶら かたくりこ さとう ごま もちごめ	しょうが にんにく もやし ねぎ にんじん キャベツ たまねぎ こまつな きゅうり コーン	644 24.1
19(水)	セルフ ホットドック		フライドポテト やさいスープ	ぎゅうにゅう ふな フランクフルト ベーコン しろはなまめ	こむぎこ さとう あぶら じゅかいも	たまねぎ にんじん キャベツ チングンサイ	645 22.1
20(木)	教職員研修大会(給食はありません)						
21(金)	たまごどん		こざかないりだいすの しゃりしゃりあげ ごますあえ	ぎゅうにゅう たまご とりにく だいす かたくちいわし	こめ むぎ さとう こむぎこ あぶら ごま	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ グリンピース こまつな もやし	668 28.0
25(火)	きのこ スパゲッティ		みそポテト ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく まぐろ	こむぎこ あぶら じゅかいも さとう	たまねぎ にんじん しいたけ しめじ えのきだけ ピーマン にんにく だいこん きゅうり	635 24.0
26(水)	むぎごはん		なまあげのごまみそに いそあえ わせみかん	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ のり	こめ むぎ さといも あぶら さとう ごま	にんじん だいこん ごぼう こんにゃく こまつな キャベツ みかん	646 25.2
27(木)	ふきよせ ごはん		ぶりのてりやき とんじる	ぎゅうにゅう とりにく ぶり ぶたにく とうふ	こめ あぶら さつまいも さとう	にんじん しめじ だいこん ごぼう こんにゃく こまつな ねぎ	602 26.4
28(金)	ピーツの ピンクあげパン		とうふのスープに コーンサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	こむぎこ さとう あぶら かたくりこ	ピーツ たまねぎ にんじん だいこん チングンサイ キャベツ きゅうり コーン	612 24.0

・都合により献立や食材等変更になることがありますので、御了承ください。

・アレルギー等で御心配な点がありましたら、御連絡ください。

・給食を停止する場合、「学校給食喫食内容変更届」を学校に御提出ください。(様式は栄小ホームページにあります。)

届出日の6日後(土日祝を除く)より、連続6日以上欠食される場合が対象となります。

届出が遅延した場合は、給食費を納付していただきますので御注意ください。

11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。

埼玉県内の郷土料理や、埼玉県産の食品を多く取り入れ、
食文化についての学びや地域に対する感謝の心につながる献立となっています。

