

★9月13日～30日の献立を一部変更させていただきます。配膳を考慮した献立となっています。

令和3年度



9月分 予定献立表

さいたま市立
木崎小学校

日(曜)	こんだて			おもな食品とそのはたらき		
	主食 <small>しゅしょく</small>	牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	おかず (副食) <small>ふくしょく</small>	赤☆血や肉になるもの <small>あかちゆうにく</small>	黄☆熱や力になるもの <small>きつねつちから</small>	緑☆体の調子を整えるもの <small>きりつていちょうしをいそげ</small>
13(月) ○	おにぎり (さけ) 		ぶたキムチ炒め ワントンスープ みかん (冷)	さけ のり ぶたにく とりにく 牛乳	こめ ワントン でんぶん 砂糖 油	たまねぎ にんじん にんにく しょうが にら キャベツ ながねぎ はくさい ごまつな もやし みかん
14(火) ○	なつやさいのみ みぞれうどん 		わかめのサラダ	とりにく あぶらあげ わかめ 牛乳	うどん でんぶん ごま 砂糖 油 ごま油	たまねぎ だいこん なす しょうが かぼちゃ きゅうり キャベツ とうもろこし
15(水)	シナガック (ガーリックライス) 		アドポー パイン	ぶたにく とりにく 牛乳	こめ オリーブオイル じゃがいも 砂糖 油	にんにく パセリ たまねぎ パイン
オリパラ献立★フィリピン料理						
16(木) ○	おにぎり (さけ) 		さつま汁 そくせきづけ	とりにく さけ のり とうふ みそ 牛乳	こめ さつまいも 砂糖 油	ごぼう しょうが しめじ だいこん こんにやく にんじん ながねぎ キャベツ きゅうり
17(金)	ナン 	コーヒー 牛乳 	チキンカレー こんにやくサラダ	とりにく わかめ 牛乳(コーヒー牛乳)	ナン じゃがいも ごま 砂糖 油	たまねぎ にんじん トマト セロリー にんにく しょうが りんご だいこん きゅうり とうもろこし こんにやく
21(火) ○	おにぎり (こんぶ) 		さんまのかばやき つきみだんご汁 おつきみゼリー	さんま こんぶ のり とりにく 牛乳	こめ でんぶん じゃがいも 白玉粉 砂糖 油	にんじん だいこん ごまつな みかん果汁
22(水)	4時間授業 (給食はありません)					
24(金)	振替休業日 (学校はお休みです)					
27(月) ○	おにぎり (こんぶ) 		かんぱちの立田揚げ けんちん汁	あぶらあげ とうふ かんぱち こんぶ のり 牛乳	こめ でんぶん 砂糖 油	にんじん さやいんげん ごぼう だいこん しめじ
28(火) ○	おにぎり (さけ) 		とうふのちゅうか煮 くきわかめのピリから和え	ぶたにく とうふ なると くきわかめ さけ のり 牛乳	こめ ごま でんぶん ごま油 砂糖 油	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ チンゲンサイ キャベツ きゅうり もやし にんにく
29(水) ○	ジャージャーめん 		うましおキャベツ	ぶたにく みそ 昆布茶 牛乳	ちゅうかめん ごま でんぶん 砂糖 油 ごま油	たまねぎ にんじん にら たけのこ ほししいたけ ながねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり
30(木)	ソフトフランスパン いちごジャム 		じゃがいものスープ煮 ひじきのマリネ	とりにく ひじき 牛乳	ソフトフランスパン ごま マカロニ じゃがいも 砂糖 油	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり だいこん いちご(ジャム)

- 献立は、学校行事や食材料等の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。
- ○は、箸を使う日です。忘れずに持ってきてください。

