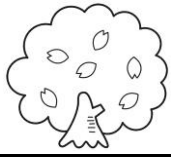


令和7年度



4月 予定献立表



佐倉市立西志津中学校

日付		献立名	牛乳	主な材料と働き						熱量 (kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)
				体の組織を作る		体の調子を整える		主にエネルギーになる			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
				魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 脂質の多い 食品		
11	金	ご入学おめでとうございます ちらし寿司 鶏の塩麴揚げ すまし汁 ごまみそ和え ブドウゼリー		鶏肉 かまぼこ みそ	牛乳	さやえんどう 人参 三つ葉 ほうれん草	たけのこ ねぎ にんにく 生姜 大豆もやし	米 麦 そうめん でんぷん ゼリー	油 ごま	810 30.9	23.2 3.1
14	月	ポークカレーライス ミモザサラダ 苺ヨーグルト		豚肉 ハム	牛乳 ヨーグルト チーズ	人参	生姜 にんにく 玉ねぎ りんご きゅうり キャベツ	米 麦 小麦粉 じゃがいも 砂糖	油 マーガリン	806 29.0	23.1 2.8
15	火	麦ごはん 鮭のチリソースがけ ABCスープ グリーンサラダ 河内晩柑（加判ソコ）※ミカンの仲間		ベーコン 豚肉 鮭 ハム	牛乳	人参 小松菜 ピーマン	玉ねぎ キャベツ コーン にんにく 生姜 きゅうり 河内晩柑	米 麦 砂糖 マカロニ でんぷん	油	808 32.0	23.3 2.4
16	水	麦ごはん 松風焼き けんちん汁 五目きんぴら 人参ゼリー		豆腐 油揚げ 鶏肉 みそ 豚肉 さつま揚げ	牛乳	人参 小松菜	しいたけ ごぼう 大根 ねぎ れんこん	米 麦 里芋 砂糖 パン粉 ゼリー	油 ごま	829 31.4	23.1 2.4
17	木	麻婆豆腐丼 春巻き 豆もやしのナムル		豆腐 豚肉 みそ ハム	牛乳	人参 ニラ 小松菜	にんにく 生姜 しいたけ たけのこ ねぎ 大豆もやし	米 麦 砂糖 でんぷん 春巻きの皮	ごま油 油 ごま	895 29.9	37.7 2.7
18	金	ひじきご飯 サバのカレー風味焼き 八宝みそ汁 ごま酢和え ミニ苺牛乳プリン		豚肉 油揚げ 豆腐 みそ さば	牛乳 ひじき	人参 小松菜 グリーンピース ほうれん草	大根 ねぎ ごぼう にんにく 玉ねぎ キャベツ	米 麦 砂糖 さつまいも プリン	ごま 油	819 36.6	27.4 3.2
21	月	ハヤシライス コールスローサラダ りんご		豚肉 ハム	牛乳	人参	にんにく 生姜 玉ねぎ きゅうり コーン りんご	米 麦	油 マヨネーズタイプ ドレッシング	772 26.6	21.7 2.8
22	火	麦ごはん アジの梅肉フライ おかかサラダ 肉じゃが		豚肉	牛乳	人参 グリーンピース ほうれん草	玉ねぎ キャベツ	米 麦 じゃがいも パン粉 砂糖	油 ごま	833 30.2	23.1 2.3
23	水	麦ごはん 根菜酢豚 春雨スープ		鶏肉 豚肉	牛乳	人参 小松菜 さやえんどう	ねぎ 生姜 玉ねぎ ごぼう 蓮根	米 麦 砂糖 春雨 デンプン さつまいも	油	829 29.8	23.3 3.1
24	木	津田仙メニュー はちみつレモントースト 苺ゼリー ポークビーンズ 津田仙のサラダ		大豆 豚肉 ベーコン	牛乳 チーズ	人参 トマト アスパラガス グリーンピース ブロッコリー	玉ねぎ レモン にんにく	パン 砂糖 はちみつ じゃがいも	マーガリン 油 オリーブオイル	821 29.4	28.9 3.6
25	金	たけのこご飯 鯖[サリ]青しそ西京漬け 塩こうじ磯和え さつま汁 パナナ		油揚げ 鯖 豚肉 みそ	牛乳 海苔	人参 小松菜	たけのこ 生姜 大根 ごぼう しいたけ ねぎ 白菜 パナナ	米 麦 砂糖 さつまいも	油	771 33.9	20.9 2.7
28	月	麦ごはん 韓国風焼きとり 豆腐のチゲ風 はちみつレモンゼリー ほうれん草と切り干し大根のサラダ		焼豆腐 鶏肉 豚肉 みそ ツナ	牛乳	人参 ほうれん草	白菜 玉ねぎ 大根 しめじ ねぎ ｺﾝｺﾞ ｺｰﾝ 生姜 切干大根	米 麦 砂糖 ゼリー	ごま油 油 ごま マヨネーズタイプ ドレッシング	856 36.7	23.2 2.5
29	火	【祝日】 昭和の日									
30	水	スパゲッティミートソース ごまドレッシングサラダ 苺（3個）		豚肉 ハム	牛乳 チーズ	人参 トマト ピーマン ほうれん草	玉ねぎ にんにく しいたけ ｷｬﾍﾞﾂ キャベツ 苺	スパゲッティ	油 ごま オリーブオイル	769 30.9	26.9 3.0

※食材料の都合により献立を変更することがあります。



佐倉にゆかりのある人物の紹介



津田仙
(1837年～1908年)

津田仙は、旧佐倉藩出身で、明治時代に西洋野菜を日本に広めた人物です。
外国人向けホテルで働いていた津田仙は、輸入が主流だった西洋野菜を、日本でも栽培できないかと考え、野菜の栽培に取り組みました。その結果、当時として大変珍しい、アスパラガスやいちごの栽培に成功しました。そのほか、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、ワイン用のぶどうなどの栽培にも力を注ぎました。
その功績をたたえ、佐倉市内の小中学校では、津田仙の命日である4月24日に西洋野菜を使用した給食を提供しています。

4月24日の「津田仙献立」では、
津田仙が広めた「ブロッコリー」「アスパラガス」
「いちご」を取り入れました♪



☆ ご家庭へのお願いとお知らせ ☆

【 給食費について 】

給食費は、月額6,000円です。学年の積み立てや諸経費とともに、一括で集金させていただきます。初回引き落とし日は5月6日で、4月・5月分の2回分を集金させていただきます。指定口座が残高不足の場合は、20日になります。

【 給食白衣について 】

給食当番は、白衣・帽子・マスクを着用します。自分が一週間使用した白衣・帽子を、金曜日に給食当番は持ち帰ります。家庭での洗濯やアイロンかけ等のご協力をお願いします。

学校給食接種基準	
830	23.1
35.3	2.5
今月の平均	
817	25.1
31.3	2.8