



7がつのよていこんだてひょう

令和8度 July



裏にレシピがあるよ！



佐倉市立井野小学校

日付	曜日	しゅしょく	牛乳	おかず	おもなざいりょう			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)
					あかいろのしょくひん	みどりいろのしょくひん	きいろのしょくひん		
					血・肉・骨をつくる	体の調子をととのえる	熱・力のもとになる		
1	水	むぎごはん	○	とりにくのこめこからあげ パリパリサラダ しらたまじる はちみつレモンゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく なると あぶらあげ	キュウリ キャベツ だいこん にんじん えどな ねぎ にんにく	こめ むぎ あぶら こめこ チャーメン しらたま ゼリー	743 31.7	21.7 2.2
2	木	ごはん	○	ジャーチャンどうふ キュウリともやしのサッパリあえ えだまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ みそ とりにく えだまめ	たまねぎ にんじん ねぎ もやし キュウリ しいたけ ねりうめ えだまめ	こめ あぶら さとう じゃがいも	610 27.5	18.8 2.2
3	金	ツナの カレーピラフ	ジ ョ ア	サケのハーブやき ABCミネストローネスープ	ジョア ツナ サケ チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン ショウガ パセリ トマト セロリ にんにく	こめ むぎ マーガリン パンこ あぶら マカロニ	572 26.2	15.2 2.4
6	月	むぎごはん	○	にくじゃが キムチなっとうあえ ばくがゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく なっとう かつおぶし	たまねぎ にんじん きぬさや えどな はくさい	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら ゼリー	682 22.2	17.8 2
7	火	セタこんだて こもくずし	○	サワラのねぎソースやき ひやしそうめんじる おこめのブルーベリータルト	ぎゅうにゅう あぶらあげ サワラ わかめ	にんじん しいたけ かんぴょう えだまめ ねぎ オクラ いんげん	こめ むぎ さとう こめこ あぶら そうめん ふ タルト	667 26	20 2.7
8	水	津田 仙メニュー きなこあげパン	○	ポークビーンズ 津田仙のみそドレサラダ	ぎゅうにゅう きなこ ぶたにく ベーコン チーズ みそ	たまねぎ にんじん トマト キャベツ ブロッコリー アスパラガス キュウリ コーン	パン あぶら さとう じゃがいも ごま なまクリーム	648 25.8	24.7 2.4
9	木	ぶたキムチどん	○	ポークシュウマイ とうがんのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	キャベツ しいたけ えどな はくさいキムチ ねぎ えのきたけ にんじん とうがん こまつな	こめ むぎ さとう しゅうまいのかわ	577 25.5	16.2 1.9
10	金	ごはん	○	ナスのはさみあげ しおこうじいそあえ とうもろこし	ぎゅうにゅう ぶたにく のり	なす ねぎ にんじん はくさい とうもろこし	こめ でんぱん さとう あぶら	593 19	17.3 1.4
13	月	さんしょくピラフ	○	ハリーポッターのシェパードパイ ツナともやしのサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく ぎゅうにく チーズ どうにゅう ツナ だいず	ぎゅうにゅう たまねぎ にんじん ピーマン トマト もやし コーン ほうれんそう	こめ マーガリン じゃがいも あぶら	628 24.9	19.9 2.1
14	火	むぎごはん	○	レバーとポテトのレモンソース やまといものふわふわじる すいか	ぎゅうにゅう レバー とりにく あぶらあげ	ほうれんそう だいこん ごぼう はねぎ しょうが えのきたけ こまつな にんじん すいか	こめ むぎ でんぱん さとう じゃがいも あぶら やまといも	690 27.4	16.5 2
15	水	なつやさい カレーライス	○	グリーンサラダ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく どうにゅう ツナ	たまねぎ にんじん トマト ピーマン ほうれんそう コーン みかん もも パイン	こめ むぎ あぶら じゃがいも カレールー さとう ゼリー サイダー	683 20.5	18.3 1.3

※材料の都合により、献立が変更になる場合があります。 ※太字の食材は佐倉市や周辺の市でとれたものを使用しています。
※「ハリーポッターと秘密の部屋」より、「シェパードパイ」を作ります。ぜひ、本も読んでみてください。お楽しみに。

給食では「地産地消」に取り組んでいます

自分たちが住んでいる地域でとれる産物を『地場産物』と呼び、それをその地域で消費(使う)することを「地産地消」といいます。

～地産地消の良いところ～

- ★新鮮でおいしい食べ物が安く買える
- ★配送時の排気ガスが少なく、環境にやさしい
- ★生産者(作る人)と消費者(食べる人)が近くにいるので安心
- ★地域の食文化や歴史、郷土料理をすることができる



これからも、地域の方々の協力をいただきながら、給食に地場産物を取り入れ、地産地消に取り組んでいきます。 ※地場産物を給食で使用する際は、献立表の食材が太字表記になっています。

～井野小学校に

食材を届けてくださる地域の方～

- ★千葉みらい農協(佐倉市産コシヒカリ・野菜)
- ★サービスセンターこやま(野菜)
- ★フレッシュランド斉藤(野菜)
- ★柏木みそ作り会(味噌) ★弥富直売所(野菜)
- ★結び合い農園(芋・野菜)
- ★四街道果樹組合・大島梨園(梨)
- ★オーシャンフーズ(野菜) など

白衣について

夏休み中、白衣の点検を行う予定です。7月最後の週に、給食当番だったご家庭は、洗濯、アイロンがけをしてできるだけ、17日(金)までに学校へお持ちください。好学チャレンジの際、お持ちいただいてもかまいません。
回収まで日にちが少なくお手数をかけますが、ご協力お願いいたします。



令和8年度 佐倉市立小学校給食費の無償化について

国における小学校給食費の抜本的な負担軽減の取り組みを受け、佐倉市では子育て世代の負担を軽減し、子育てしやすいまちづくりを一層推進することを目的に、各小学校へ学校給食費相当額を支援することになりました。このことにより、昨年度まで保護者の方より集金させていただいておりました給食費・年額55,000円については、佐倉市が負担しています。

また、令和5年度より、物価高騰対策として、佐倉市の一般財源より購入していたお米、パン代については、今年度も継続して負担いただいています。



津田 仙と通信販売 ～とうもろこし～

家に居ながらにして全国各地や世界から買い物ができる「通信販売」。

実は、この通信販売を日本で初めて行ったのが佐倉出身の「津田仙」でした。そして、初めての通信販売で売ったもの、それが「とうもろこしの種」。当時出回っていた、日本のトウモロコシよりも大きい実がなるアメリカ産のトウモロコシを全国の農家の人たちに販売したのです。その後、この仕組みを使って、日本全国にほかの西洋野菜の苗や種を広めたそうです。

今、こうして西洋野菜が日本の食卓に広まり、通信販売が手軽にできるようになったのも津田 仙先生のおかげかもしれませんね。