

今年も
よろしくお願
いいたします。

令和7年1月 予定こんだて表

令和6年度 佐倉市立井野小学校

ひ	う	び	こんだてめい			おもなざいりょう			栄養価(3・4年生)								
			しゅよく 主食	しゅさい 主菜	ふくさい 副菜・デザート	きいろ	あか	みどり	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	食塩相当量			
						ねつ・ちから になるはたらき	ち・く・ほね をつくるはたらき	からだのちようしを ととのえるはたらき	kcal	g	g	mg	mg	g			
9	木		＜4年3組 さん＞★ラッキーにんじんリクエストメニュー★ ★コロッケカレー (ごはん・カレールウ・コロッケ)			★げんきのでるサラダ りんご	佐倉の米 じゃがいも コロッケ あぶら ごまあぶら カレールウ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり りんご にんにく しょうが	688	20.3	22.4	329	1.9	2.3		
10	金		＜1年3組 さん＞★ラッキーにんじんリクエストメニュー★ さつまいもごはん			さばのごまみそやき	ごしきあえ ★フルーツポンチ	佐倉の米 さつまいも ごま ごまあぶら サイダー	ぎゅうにゅう さば ハム	にんじん ごまつな だいこん とうもろこし みかん バイン おうとう	669	22.9	24.3	323	2.5	1.8	
14	火		からあげごはん			ごますあえ だいこんのもの	佐倉の米 さといも でんぶん あぶら ごま	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ほうれんそう にんじん だいこん しらたき しょうが きぬさや	650	26.8	20.9	348	2.5	2.2		
15	水		ごはん	あかうおの さいきょうやき	さんしよくおひたし のつべいじる 水ようかん	佐倉の米 しらたま あずき でんぶん ごまあぶら あぶら こんにやく さといも	ぎゅうにゅう あかうお とりにく あつあげ かんてん	ごまつな ほうさい にんじん ごぼう だいこん しいたけ	640	32.0	14.6	357	3.3	1.7			
16	木		＜5年2組 さん＞★ラッキーにんじんリクエストメニュー★ ★タコライス			★ひじきのマリネ バナナ	佐倉の米 ワンタンのかわ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム チーズ ひじき ひよこまめ	にんじん きゅうり キャベツ バナナ たまねぎ ピーマン にんにく トマト	632	26.7	17.1	333	2.9	2.1		
17	金		むぎごはん	レバーとれんこんの あまぎソース	はるさめスープ ひとくちぎゅうにゅうプリン	佐倉の米 むぎ でんぶん あぶら はるさめ ごまあぶら ミルクプリン	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたにく ぶたレバー	れんこん いんげん しょうが ほうさい にんじん えどな きくらげ	652	24.3	18.9	272	5.1	2.2			
20	月		毎月19日は「食育の日」～日本全国の郷土料理～「福岡県」を紹介しします！～わくわくは、裏面「給食だより」をご覧ください～						佐倉の米 さといも あぶら せりー ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ちりめんじゃこ がんもどき のり	ごぼう にんじん しいたけ れんこん こんにやく いんげん ごまつな ほうれんそう	634	23.7	18.6	389	4.5	1.6
21	火		コッペパン	しろみざかなフライ (ソース)	ハムマリネサラダ ごまつなのクリームシチュー	朝ベジ! パン じゃがいも 米こ あぶら	ぎゅうにゅう しろみざかな とりにく ハム ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ きゅうり マッシュルーム しめじ とうもろこし ごまつな	646	27.4	25.2	395	1.8	2.7			
22	水		むぎごはん	ジャーチャン豆腐	パンバンジーサラダ ひとくちももまん	佐倉の米 むぎ じゃがいも あぶら ごまあぶら ももまん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あつあげ くらげ	たまねぎ にんじん こんにやく しいたけ きゅうり もやし にんにく しょうが	671	26.3	18.0	341	2.7	2.0			
23	木		毎月24日(今日は23日)は「津田仙献立」～仙の広めた西洋野菜を使用します～						佐倉の米 じゃがいも パンこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ ヨーグルト	ブロッコリー パセリ しょうが マッシュルーム にんじん にんにく たまねぎ	651	26.3	21.7	533	3.6	1.9
24	金		***学校給食記念日*** セルフおにぎり のり・うめぼし			すいとんじる みかん	佐倉の米 米こ ごむぎこ さといも	ぎゅうにゅう さけ あぶらあげ のり	だいこん ごぼう えどな にんじん うめぼし みかん	651	26.9	18.9	324	1.6	2.2		
27	月		あげパン総選挙 第1位の味が登場! ポークビーンズ			グリーンサラダ	パン マカロニ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ ハム	たまねぎ にんじん トマト グリーンピース きゅうり ごまつな キャベツ とうもろこし	650	23.5	22.5	334	2.1	2.0		
28	火		毎月、8のつく日は良い歯の日! むぎごはん			いそあえ 佐倉のやまといもチップス	カミカミ 佐倉の米 むぎ あぶら やまといも	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ のり	れんこん こんにやく えだまめ にんじん ほうさい ほうれんそう えのきたけ	644	23.4	19.7	336	3.0	1.5		
29	水		佐倉市統一献立～育て元気な佐倉っ子～						佐倉の米 米こ さつまいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ なつとう のり	ほうれんそう ほうさい だいこん にんじん きりぼしだいこん ごぼう しょうが にんにく れんこん	700	26.7	25.2	308	2.4	1.9
30	木		スパゲッティミートソース			パリパリサラダ フルーツポンチ	スパゲッティ あぶら しらたま ちゅうかめん サイダー せりー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリ にんにく トマト きゅうり キャベツ みかん	590	24.0	14.7	314	3.2	2.5		
31	金		給食アンケート3位 カレーライス (ごはん・ビーフカレールウ)			ツナとやさいのごまあえ スイートスプリング(らんしゅうミカン×ハッサク)	佐倉の米 じゃがいも あぶら ごま カレールウ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう しょうが にんにく スイートスプリング	634	21.5	19.6	305	1.9	2.0		

24日～30日は「全国学校給食週間」

※材料等の都合により、献立内容を変更することがあります。 ※主な材料欄の太字は、佐倉市や近隣市町村産の地場産物です。

今月の平均値	650	25.2	20.1	346	2.8	2.0
基準値(3,4年生)	650	26.8	18.1	350	3.0	2.0

～佐倉市からののお知らせ(給食費の一部「米・パン代金」の公費調達について)～

値上げラッシュ! って聞くけれど...
給食費は大丈夫?

給食で使っている「米」と「パン」の代金は、**佐倉市からの補助で購入**しています。
今後も佐倉市と協力して、おいしい給食を提供できるように取り組んでまいります。

佐倉市統一献立
～育て元気なさくらっ子～

24日～30日の全国学校給食週間に、佐倉市内全校で統一献立を実施します。この日の給食は、「地産地消」をテーマに、佐倉市産の旬の食材をふんだんに使ったメニューです。

市内の小中学生が同じメニューを食べることをきっかけに、学校給食や佐倉市産の食材について興味関心をもつとともに、佐倉の良さに気付き、愛着が一層深まる機会となればと考えています。

全国学校給食週に合わせて、給食委員会による全校給食アンケート「井野っ子に人気の給食」より、第1位～3位のメニューが登場します!

井野小学校では、1月29日(水)に実施します♪お楽しみに!