



7がつのよていにんだてひょう

令和7年度 July

佐倉市立佐倉小学校



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	体の調子をとのえる	熱・力のもとになる			
1	火	のりごはん	○	サバのハーブやき うちまめじる あんにとんこふ 福井県の郷土料理	ぎゅうにゅう サバ ぶたにく うちまめ	のり チーズ あぶらあげ みそ	しょうが ごぼう ごま にんじん もも	ごめ ごま パンこ あんにとんこふ	673 29.9	21.6 1.86
2	水	津田 仙メニュー プルコギどん	○	津田仙のちゅうかスープ とうもろこし 4年生が皮むきに挑戦!!	ぎゅうにゅう みそ	ぎゅうにく ぶたにく	にんじん たまねぎ ブロッコリー とうもろこし	ごめ あぶら はるさめ ごま	615 27.5	19.3 2.21
3	木	ミートソース スパゲティ	○	グリーンサラダ かぼちゃのカップケーキ 本の世界より	ぎゅうにゅう チーズ とうにゅう	ぶたにく ツナ	たまねぎ セロリ トマト コーン かぼちゃ	スパゲティ あぶら むしパンミックス マーガリン パンパンキンシード	643 23.8	22 2.31
4	金	むぎごはん	○	ナスのはさみあげ さつまじる ひややつこ ミニぶどうゼリー	ぎゅうにゅう なまあげ とうふ	ぶたにく みそ	ナス にんじん ごぼう ねぎ	ごめ あぶら さつまいも ゼリー	675 25.8	21 2.3
7	月	セタこんだて ごもくずし	○	サケのパンこやき ひやしそうめんじる マスカットゼリー	ぎゅうにゅう サケ	あぶらあげ わかめ	にんじん かんぴょう いんげん パセリ	ごめ さとう パンこ ノンエッグマヨネーズ ゼリー	681 26.1	21 3.42
8	火	むぎごはん	○	エビ・イカのチリソースに とりだんごスープ タカミメロン	ぎゅうにゅう イカ とうふ	エビ とりにく	ねぎ キャベツ ごま にんにく	ごめ でんぷん あぶら はるさめ	647 30.8	17.6 2.02
9	水	わふうビビンバ	○	ほうれんそうのいそあえ いも・かぼチップス	ぎゅうにゅう のり	ぶたにく	ごま にんじん はくさい ほうれんそう えのきたけ だいこんづけ かぼちゃ	ごめ あぶら さとう	591 21.6	16.7 1.79
10	木	ココアあげパン	○	ABCミネストローネ みそドレッシングサラダ とうもろこし 1年生が皮むきに挑戦!!	ぎゅうにゅう みそ	ベーコン	たまねぎ トマト セロリ キャベツ もやし とうもろこし	パン さとう ごま あぶら マカロニ マーガリン	609 19	22.6 2.46
11	金	むぎごはん	○	ごまだれやきにく むげんピーマン かぼちゃのみそじる 朝ベジメニュー	ぎゅうにゅう かつおぶし あぶらあげ	ぶたにく ツナ みそ	ピーマン たまねぎ だいこん ごま かぼちゃ にんじん	ごめ ごま はちみつ	652 31.4	20.7 2.36
14	月	むぎごはん	○	コーンフレックチキン つぼづけあえ とんじる ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	とりにく さつまあげ ヨーグルト	キャベツ かぼちゃ ごぼう ねぎ つぼづけ	ごめ コーンフレック ごま ノンエッグマヨネーズ さといも	635 28.9	16.9 2.35
15	火	なつやさい カレーライス	○	ひじきのマリネ しらたま梨フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とうにゅう	とりにく ひじき	たまねぎ トマト ナス キュウリ もも パナナ みかん パイナップル	ごめ あぶら カレー さとう	696 19.7	17.6 1.47
22	火	☆☆☆ 学校集金再口座振替日です 残高の確認をお願いします ☆☆☆								

※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。
※今月は、いわむらかずおさんの「14ひきのかぼちゃ」より、「かぼちゃのカップケーキ」を作ります。お楽しみに。



当月平均	647/25.8	19.7/2.23
学校給食摂取基準	650 21.1~ 32.5	14.4~ 21.6 2以下

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。

～佐倉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)
- ★押尾商店(野菜) ★柏木みそ作り会(味噌)
- ★ヤマニ味噌(味噌・塩麴) ★八街産直会(野菜)
- ★弥富直売所(野菜) ★新井農園(芋・野菜)
- ★四街道果樹組合・大島梨園(梨)
- ★立田直史さん(メロン) など

米・パンは『公費調達』 していただいています!!

物価高騰対策として令和5年1月より、米・パン代について佐倉市より公費調達していただいています。そのおかげで、栄養価が満たされた給食の提供が日々できています。



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。



申請が必要ですよ!

「第3子以降学校給食費補助金」のご案内

扶養する子が3人以上いる世帯のうち、第3子以降の子が佐倉市立小・中学校に在籍している場合の学校給食費相当額を市が補助します。補助金を受けるためには、毎年、申請が必要になります。申請書の学校への提出期限は7月16日(水)までです。忘れずに申請してください。
※申請書類一式は学校でも配付していますので、希望される方は学校までご連絡ください。

【問】佐倉市教育委員会指導課 電話484-6193

