

4月 予 定 献 立 表

令和6年4月
佐倉市立白井小学校

ひょうび	こんだてめい			おもなざいりょう			栄養量	
	しゅしよく 主食	牛乳	おかず その他	おもいうにくほね 主に血・肉・骨を つくる食品 (あか)	おもいからだちようし 主に体の調子を 整える食品 (みどり)	おもいあつちから 主に熱・力を つくる食品 (き)	エネルギー (kcal)	しつ 脂質 (g)
							たんぱくしつ(g)	食塩相当量(g)
11 木	マーボー 豆腐どん	○	カリポリサラダ さくらゼリー	ぶたにく だいず とうふ みそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく たけのこ しいたけ	こめ さとう でんぶん ゼリー あぶら	644	17.2
12 金	ごはん	○	さわらのさいきょうやき なつとうあえ にくじゃが	さわら ぶたにく なつとう かつおぶし ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ いんげん しいたけ ほうれんそう	こめ さとう じゃがいも あぶら	626	17.4
15 月	ネギしお ぶたどん	○	ひじきのマリネ キャベツのみそしる	ぶたにく ハム みそ なまあげ ひじき ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ しいたけ えのき にんにく ねぎ	こめ さとう でんぶん あぶら	641	18.1
16 火	チキン カレーライス	○	わかめサラダ バナナ	とりにく ツナ わかめ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく しょうが きゅうり トマト コーン パナナ	こめ さとう じゃがいも あぶら	646	18.0
17 水	ごはん	○	イカのかりんあげ スタミナサラダ さつまいものみそしる	ぶたにく イカ みそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ きゅうり しいたけ しょうが にんにく	こめ さとう さつまいも でんぶん あぶら	650	18.6
18 木	ハムチーズ ホットサンド	○	ボークビーンズ フルーツヨーグルト	ぶたにく ハム だいず ヨーグルト ぎゅうにゅう チーズ	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム もも みかん バイン リんご	パン さとう じゃがいも あぶら マーガリン	666	23.4
19 金	にくうどん	○	ちくわのいそべあげ ながいものいそべあげ みそドレサラダ	ぶたにく ちくわ かまぼこ みそ のり ぎゅうにゅう	にんじん だいこん ねぎ キャベツ きゅうり もやし しいたけ こまつな	うどん さとう こむぎこ やまいも あぶら ごま	649	20.1
22 月	ごもく チャーハン	○	ぎょうぎスープ フルーツポンチ	やきぶた ぎょうぎ なると わかめ たまご ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく しいたけ チンゲンサイ みかん バイン リんご	こめ あぶら	659	16.4
23 火	ごはん	○	とりのからあげ はるさめサラダ じゃがいものみそしる	とりにく ハム みそ わかめ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ にんにく しょうが きゅうり もやし	こめ さとう でんぶん じゃがいも あぶら はるさめ	637	18.0
24 水	2しよく サンド	○	つだせんメニュー せいようやさいのサラダ おやさいたっぷりコーンポタージュ	とりにく ベーコン どうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ にんにく アスパラガス キャベツ ブルーベリー ブロッコリー カリフラワー いちご	パン はちみつ ジャム こめこ じゃがいも あぶら マーガリン	652	22.3
25 木	わかめ ごはん	○	しろみざかなのパンこやき しおこうじいそあえ とんじる	スケソウダラ ぶたにく みそ のり チーズ ぎゅうにゅう	にんじん だいこん こまつな はくさい ねぎ ごぼう	こめ さとう パンこ マヨネーズ あぶら	658	15.2
26 金	ごはん	○	ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ ABCスープ	ぶたにく ぎゅうにく ウインナー ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン えだまめ マッシュルーム	こめ さとう マカロニ じゃがいも パンこ あぶら マヨネーズ	689	19.7
30 火	ごはん	○	とりのてりやき ひじきのいりに だいこんのみそしる	とりにく ひじき みそ さつまあげ あぶらあげ ぎゅうにゅう	にんじん だいこん こまつな しいたけ えだまめ	こめ さとう あぶら	655	17.2
							650	18.1
基準値 (中学年)							26.8	2.00
							651	18.5
平均値 (中学年)							27.4	1.95

都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

【給食に関するお願い】

- 給食のある日は、毎日給食袋セット（ハンカチ・マスク・ランチョンマット等）を持たせてください。
- 給食当番は、白衣・帽子・袋を週末に持ち帰ります。お手数ですが、洗濯と減菌のためのアイロンがけをして、週明けに忘れず持参させてください。ボタンのゆるみやほつれは、都度つくろいをお願い致します。
- 令和6年度の給食費口座振替日は下記の通りです。（学年により金額が異なる場合があります。）2、3日前までにはご入金をお願いします。

	4,5月分	6,7月分	9,10月分	10,11月分	1,2,3月分
振替日	5/7	6/5	8/5	10/7	12/5
再振替日	5/20	6/20	8/20	10/21	12/20
金額	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥15,000

★4月24日(水) 津田仙メニュー★
佐倉市の先覚者である津田仙(近代農業の父)の命日にちなんで、津田仙メニューを実施します。津田仙が広めたキャベツやブロッコリー、いちごを使ったメニューになっています。

【津田仙が広めた西洋野菜】

