

4月



予

定

献

立

表

令和7年4月
佐倉市立臼井小学校

ひ	う	び	こ ん だ て め い		お も な ざ い り よ う			栄 養 量		
			主 食	牛乳	おかず 其他	主に血・肉・骨を	主に体の調子	主に熱・力を	エネルギー	しつ 脂質
						つくる食品	ととの 整える食品	つくる食品	(kcal)	(g)
					(あか)	(みどり)	(き)	たんぱくしつ(g)	しよくえんそうとうりよう 食塩相当量 (g)	
10	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	にんじん たまねぎ ねぎ にら	こめ さとう	639	17.0	
					とうふ みそ	しょうが にんにく しいたけ	でんぶん ゼリー	25.2	2.37	
					ぎゅうにゅう	たけのこ だいこん きゅうり	あぶら			
11	金	ごはん	○	さわらのさいきょうやき なっとうあえ にくじゃが	さわら ぶたにく	にんじん たまねぎ	こめ さとう	642	18.2	
					なっとう かつおぶし	いんげん しいたけ	じゃがいも	31.2	1.57	
					ぎゅうにゅう	ほうれんそう	あぶら			
14	月	ネギしお ぶたどん	○	ひじきのマリネ だいこんのみそしる	ぶたにく ハム みそ	にんじん たまねぎ もやし	こめ さとう	643	18.6	
					あぶらあげ ひじき	にんにく しいたけ にら	でんぶん	28.6	1.97	
					ぎゅうにゅう	にんにく ねぎ	あぶら			
15	火	チキン カレーライス	○	1年生給食開始 わかめサラダ バナナ	とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ	こめ さとう	640	17.6	
					ツナ わかめ	にんにく しょうが きゅうり	じゃがいも	21.1	1.87	
					ぎゅうにゅう	トマト コーン パナナ	あぶら			
16	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	にんじん たまねぎ こまつな	こめ さとう	650	18.6	
					みそ	キャベツ きゅうり しいたけ	さつまいも でんぶん	29.7	2.02	
					ぎゅうにゅう	しょうが にんにく	あぶら			
17	木	ツナマヨ トースト	○	ポークビーンズ フルーツヨーグルト	ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ コーン	パン さとう	678	23.1	
					だいず ヨーグルト	にんにく マッシュルーム	じゃがいも	26.7	2.04	
					ぎゅうにゅう チーズ	もも みかん りんご	あぶら マヨネーズ			
18	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	にんじん だいこん ねぎ	うどん さとう	646	19.4	
					かまぼこ みそ のり	きゅうり もやし	こむぎこ やまいも	25.1	2.13	
					ぎゅうにゅう	しいたけ こまつな	あぶら ごま			
21	月	ごはん	○	ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ とうふとわかめのみそしる	ぶたにく ぎゅうにく	にんじん たまねぎ	こめ さとう はちみつ	697	19.5	
					とうふ みそ わかめ	きゅうり コーン	じゃがいも パンこ	30.7	1.25	
					ぎゅうにゅう	マッシュルーム	あぶら マヨネーズ			
22	火	ごもく チャーハン	○	ぎょうぎスープ フルーツポンチ	ぶたにく なんと	にんじん たまねぎ ねぎ	こめ	639	16.3	
					たまご わかめ	にんにく しょうが しいたけ	ゼリー	23.2	2.11	
					ぎゅうにゅう	チンゲンサイ もも みかん りんご	あぶら			
23	水	ごはん	○	とりのからあげ はるさめサラダ キャベツのみそしる	とりにく ハム	にんじん たまねぎ もやし	こめ さとう	658	19.4	
					あぶらあげ みそ	しょうが にんにく しいたけ	でんぶん はるさめ	31.6	1.92	
					ぎゅうにゅう	キャベツ きゅうり	あぶら			
24	木	ホットサンド	○	つだせんメニュー せいややさいのマリネ おやさいたっぷりコーンポタージュ	ハム チーズ	にんじん たまねぎ にんにく	パン はちみつ こめこ	634	19.9	
					とうにゅう	アスパラガス キャベツ コーン	こむぎこ じゃがいも	24.6	1.77	
					ぎゅうにゅう	ブロッコリー カリフラワー	あぶら マヨネーズ			
25	金	わかめ ごはん	○	しろみぎかなのパンこやき いそあえ とんじる	スケソウダラ ぶたにく	にんじん だいこん ねぎ	こめ さとう	657	14.9	
					みそ のり チーズ	にんにく えのき	パンこ マヨネーズ	32.0	2.39	
					ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう ごぼう	あぶら			
28	月	ハヤシライス	○	にんじんサラダ ヨーグルト	ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ	こめ さとう	672	20.5	
					とうにゅう ヨーグルト	しょうが にんにく トマト	あぶら	24.2	1.72	
					ぎゅうにゅう	きゅうり マッシュルーム				
30	水	ごはん	○	とりのソースてりやき ひじきのいりに じゃがいものみそしる	とりにく ひじき みそ	にんじん たまねぎ	こめ さとう	648	14.9	
					さつまあげ わかめ	しいたけ えだまめ	じゃがいも	31.4	1.79	
					ぎゅうにゅう		あぶら			
・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。								650	18.1	
								基準値 (中学年)	26.8	2.00
								653	18.4	
								平均値 (中学年)	27.5	1.92

【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、洗濯と滅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7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	10/20	12/19
金額	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥15,000

★4月24日(木) 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。

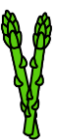
【津田仙が広めた西洋野菜】



キャベツ



いちご



アスパラ



ブロッコリー



カリフラワー