



令和7年9月 予定こんだて表



※ 今月の給食目標 ※ 『 食べ物のはたらきを知ろう！ 』

令和7年度 佐倉市立千代田小学校

ひ	ようび	こ ん だ て め い			お も な ざ い り ょ う			栄 養 価 (3 ・ 4 年 生)						
		しゅしよく 主 食	しゅさい 主 菜	ふくさい 副 菜 ・ デ ザ ー ト	あ か ち・にく・ほね をつくるはたらき	みどり からだのちようしを ととのえるはたらき	きいろ ねつ・ちから になるはたらき	エ	たん	脂	カル	鉄	食	
								ネ	ぱ	質	シ	ム	塩	料
		ぎ						カ	ク	ク	ク	ク	ク	ク
		ゅう						ロ	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		ゅう						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		に						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		ゅう						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
		に						グ	グ	グ	グ	グ	グ	グ
		ゅう						ル	ル	ル	ル	ル	ル	ル
		に						ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

夏の疲れが残る時期 1日3食をしっかりと食べよう！

夏の疲れが残る時期は、食欲が落ちたり、体がだるくなったりします。成長期の子どもたちにとって、1日3食をとることは、成長に必要なエネルギーや栄養素をしっかりと摂取でき、生活リズムをととのえることにつながります。

