



4月 よていこんだてひょう



佐倉市立佐倉東小学校

令和7年度

ひ に ち	よ う び	こんだて			おもなざいり			よう		エネルギー (kcal)	脂質 (g)
		しゅしょく	牛 乳	おかず・デザート	あ か	みどり	きいろ				
					ち・にく・ ほねをつくる	からだのちうしを とのえる	ねつやちからのもとになる				
10	木						入学式				
11	金					2~6年生 お弁当					
14	月	給食開始	カレーライス		フレンチサラダ おいわいクレープ	ふたにく ハム チーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しょうが にんにく きゅべつ きゅうり コーン	こめ むぎ あぶら じやがいも サとう カレールウ クレープ	694	24.2	
15	火	ごはん			マーボーどうふ バンサンスー はちみつレモンゼリー	ふたにく ハム みそ とうふ ぎゅうにゅう	にんじん たけのこ にんにく しょうが しいだけ にら きゅべつ ねぎ きゅうり レモン	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう はちみつ	21.4	2.5	
16	水	ごはん			にくじやが なっとうあえ ヨーグルト	ふたにく なっとう のり かつおぶし ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん いんげん ほうれんそう だいこん ねぎ	こめ あぶら さとう	611	13.7	
17	木	ココアフレンチ トースト			にんじんサラダ ポークビーンズ	たまご ツナ だいす ふたにく ぎゅうにゅう	にんじん きゅうり たまねぎ にんにく トマト いんげん	パン バター はちみつ あぶら さとう	621	25.8	
18	金	ごはん			とりのこめこからげ いそあえ ぐだくさんみそしる	とりにく のり ふたにく みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	しょうが にんにく ほうれんそう えのき だいこん はくさい にんじん ねぎ ちんげんさい	こめ あぶら かたくりこ さとう	22.3	2.1	
21	月	スパゲッティー ナポリタン			ふわふわたまごのスープ バナナマフィン	とりにく のり ベーコン チーズ ウインナー たまご ベーコン ぎゅうにゅう	とまと にんじん マッシュルーム ピーマン にんにく ほうれんそう バナナ	スパゲッティー オリーブオイル パン こむぎこ バター さとう	621	22.2	
22	火	のざわな チャーハン			レバーとポテトのあまからあえ とうにゅうたんたんスープ	ふたにく レバー みそ とうにゅう ぎゅうにゅう	しょうが にんにく ねぎ のざわな もやし しいだけ たまねぎ ほうれんそう にんじん ちんげんさい にら	こめ むぎ あぶら ごま ごまあぶら さとう	24.3	2.2	
23	水	ごはん			しゃけのさっぱりあげ ごしきあえ のらぼうなのみそしる	しゃけ ハム たまご あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	しょうが レモン にんじん だいこん えのき たまねぎ のらぼうな	こめ かたくりこ あぶら さとう	589	19.9	
24	木	津田仙こんだて	ピザドッグ		はなやさいのサラダ せいようやさいのシチュー いちごゼリー	ベーコン チーズ ハム とりにく ぎゅうにゅう	ピーマン たまねぎ コーン ブロッコリー カリフラワー バセリ たまねぎ にんじん アスパラガス いちご	パン あぶら さとう こめこ バター マヨネーズ	682	27.0	
25	金	ごはん			ぶたにくのごまみそやき じゅこサラダ ちくせんに	ぶたにく みそ ちりめんじやこ とりにく ぎゅうにゅう	しょうが にんにく りんご こまつな きゅべつ にんじん きゅうり ごぼう いんげん れんこん しいだけ だけのこ	こめ さとう あぶら ごま	28.2	2.8	
28	月	ビビンバ			もずくとたまごのスープ マッシュマロコーン	もずく かまぼこ ぶたにく たまご みそ もずく ぎゅうにゅう	しょうが にんにく ほうれんそう もやし にんじん ねぎ えのき チンゲンサイ	こめ さとう バター あぶら ごま ごまあぶら かたくりこ コーンフレーク マッシュマロ	644	19.6	
29	火				しょうわのひ				30.6	2.5	
30	水	ごはん			さばのオレンジに あさづけあえ こんさいのみそしる	さば わかめ ぶたにく みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こまつな しょうが きゅべつ きゅうり にんじん ごぼう れんこん だいこん	こめ あぶら オレンジジュース さとう ごま	577	16.6	
								今月平均値	22.2	21.1	
								基準値 (小学校中学年)	24.0	2.6	
									650	14.4	
									21.1	~21.7	
									~32.5	2.0未満	

※材料等の都合により献立を変更することがあります。



お入学・ご進級
おめでとうございます



新しい希望や目標に胸をふくらませ、新しい学年・友達そして、新1年生を迎える、新学期がスタートしました。

『安心安全でおいしい給食』を合い言葉に、栄養士と給食室のスタッフが協力して作ります。一年間よろしくお願いします。



津田仙献立

25日に、佐倉の先覚者『津田仙』にちなんだ献立を実施します。津田仙は、初めて日本での西洋野菜の栽培に成功した人物です。津田仙が日本に広めた西洋野菜「キャベツ」「ブロッコリー」「いちご」などを使った給食を提供します。

○毎日きれいなナフキン・マスクを給食袋に入れて持たせてください。
給食後、歯みがきをする場合にはコップと歯ブラシを持たせてください。

○給食当番は帽子に髪の毛をします。髪の毛を結んで登校させてください

○給食当番は、週末に白衣等を持ち帰ります。
次の給食当番が気持ちよく使えるよう、洗濯・アイロンがけにご協力ください。

○都合により給食の停止を希望する場合は、原則的に申し出のあった日より3日目から停止となります。また、再開も申し出から3日目からとなります。なお、学級閉鎖による給食停止は4日目からとなります。
長期にわたり給食を食べない場合は担任にご相談ください。

○給食での食物アレルギー対応には医師の診断が必要です。
担任または栄養士までご連絡をお願いします。申請用の書類をお渡しします。

○給食費の口座振替ができるよう、毎月口座残高のご確認をお願いします。