



2024年 4がつ よていこんだてひょう

こんげつのもくひょう: きょうりよくして、じゅんび、かたづけをしよう



佐倉市立王子台小学校

ひにち	ようび	こんだてめい			おもなざいりょう			エネルギー (kcal) たんぱく質 脂質 食塩相当量 (g)	
		牛乳	主食	おかず	あか	みどり	きいろ		
8	月	着任式・始業式 短縮日課							
9	火	短縮日課							
10	水	入学式・短縮日課							
11	木	★進級おめでとう給食★	さわらのさいきょうやき おいわいしらたまじる さくらゼリー	あぶらあげ たまご さわらみそ とりにく なると	ぎゅうにゅう のり とうふ なると	にんじん さやいんげん ながねぎ しめじ だいこん	ほししいたけ かんぴょう れんこん だいこん	こめ さとう しらたま ゼリー	607 28.3 17.0 2.28
12	金		やはきギョウザ もやしのナムル とうふのチゲふう	ぶたにく とりにく やきどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな たまねぎ だいこん	キャベツ もやし きゅうり しめじ	こめ ごまあぶら むぎ ごま ギョウザかわ あぶら さとう	608 24.3 17.8 2.7
15	月	★入学おめでとう給食★1年生給食開始	いそあえ こうはくはんぺんすましじる おいわいゼリー	とりにく とうふ はんぺん	ぎゅうにゅう のり	ほうれんそう にんじん しょうが えのきたけ	ほししいたけ しめじ ながねぎ だいこん	こめ あぶら むぎ ごま かたくりこ さとう	659 28.8 18.4 2.6
16	火		ひじきとチーズのサラダ りんご	ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	にんじん にんにく しょうが たまねぎ	たまねぎ きゅうり コーン りんご	こめ あぶら むぎ じゃがいも こむぎこ	671 23.9 21.3 2.4
17	水		ちんげんさいの ちゅうかあえ	とうふ ぶたにく みそ ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ にんにく もやし	たまねぎ ながねぎ ほししいたけ にんにくしょうが	こめ あぶら むぎ ごまあぶら ごま かたくりこ	609 25.8 21.4 1.8
18	木	★ツナマヨ コーン トースト	★朝ベジレシピを食べよう★ ★ジュリエンスープ マスカットゼリー	ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	コーン たまねぎ キャベツ セロリ	パン マヨネーズ さとう じゃがいも ゼリー	617 23.1 24.8 2.8
19	金	★郷土料理:千葉県★	さんがやき はっぼうみそじる ひとくちぎゅうにゅうプリン	いわし あじ ぶたにく とうにゅう	ぎゅうにゅう ひじき あぶらあげ とうふ みそ	にんじん こまつな しょうが れんこん	だいこん ながねぎ ごぼう れんこん	こめ むぎ ごま さつまいも かたくりこ さとう	635 28.5 19.6 2.1
22	月		わかめスープ やさいチップス	ぶたにく なまあげ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん アスパラガス こまつな れんこん	たまねぎ にんにく えのきたけ ながねぎ	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま さつまいも あぶら マロニー	624 23.6 17.5 2.5
23	火		めばるのかおりあげ なっとうあえ とんじる	めばる かつおぶし なっとう ぶたにく	ぎゅうにゅう とうふ みそ	ほうれんそう はねぎ にんじん にんにく	しょうが だいこん ごぼう ながねぎ	こめ あぶら むぎ かたくりこ じゃがいも	658 30.7 17.7 2.5
24	水	★津田仙メニュー★	西洋野菜のこめこグラタン 津田仙野菜のスープ いちごゼリー	ツナ ベーコン とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ ハム	ブロッコリー にんじん パセリ アスパラガス	たまねぎ コーン カリフラワー キャベツ	こめ むぎ あぶら バター じゃがいも こめこ パンこ	692 26.3 19.5 2.2
25	木		レバーとポテトのごまあえ しらぬい	あぶらあげ ぶたにく ぶたレバー	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ほうれんそう しょうが	ほししいたけ はくさい ながねぎ しらぬい	うどん あぶら さとう ごま かたくりこ じゃがいも	575 25.7 23.2 2.1
26	金		はながたとうふハンバーグ にくじゃが	ぶたにく あぶらあげ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう ひじき ぶたにく おから	にんじん さやいんげん	たまねぎ	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	611 22.9 17.8 2.3
29	月	昭和の日							
30	火		トマトミートローフ あおのりポテト ラビオリスープ	とりにく ぶたにく だいず たまご	ぎゅうにゅう あおのり おから とうにゅう	トマト こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ マッシュルーム	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう パンコ ラビオリのかわ	647 28.0 18.3 2.2

※材料等の都合により、献立内容を変更する場合があります。

4/24は津田仙メニュー



佐倉市の先覚者である津田仙(近代農業の父)の広めた野菜を使っています。

にゅうがく、しんきゅう

4月の地場産物
じばさんぶつ

佐倉市・八街市
主な材料の中の本字

商品名 **こめこ**
めしあがれ

商品名 **めしあがれ**

商品名 **めしあがれ**

商品名 **めしあがれ**

		食事摂取基準値		当月平均値	
エネルギー	650	650	631		
たんぱく質	26.7	26.7	26.1		
脂質	18.1	18.1	19.5		
食塩相当量	2.0	2.0	2.3		

入学、進級 おめでとうございます!

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2~6年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい学年のスタートです。早ね早起き朝ごはんで生活リズムを整えて毎日元気に過ごしましょう。



佐倉市学校栄養士会では、「朝食に野菜(ベジタブ)を食べよう」略して「朝ベジ」を推進しています。裏面参照。



保護者のみなさまへ

- 毎日清潔なランチクロス(給食袋)・ハンカチ・マスクを持たせてください。
- 給食当番は週末に白衣を持ち帰ります。洗濯・アイロンかけをお願いします。(ボタンのゆるみやほつれは、つくろいをしていただくと助かります)
- 給食を停止する必要があるときは、早めにご連絡ください。給食停止は連続して5日以上給食を停止する場合に対応します。申し出の3日目から停止します。

