



2025年 4がつ よていにんだてひょう

こんげつのもくひょう:きょうりょくして、じゅんぴ、かたづけをしよう



朝ベジしよう!

佐倉市立王子台小学校

		こんだてめい			お も な ざ い り よ う			エネルギー (kcal) たんぱく質 脂質 食塩相当量 (g)	
ひにち	ようび	牛乳	主食	おかず	あか	みどり	きいろ		
					ち・にく・ほねをつくる	からだのちょうしをととのえる	ちからやねつになる		
7	月	着任式・始業式 短縮日課							
8	火	短縮日課							
9	水	短縮日課							
10	木	入学式・短縮日課							
11	金	★進級おめでとう給食★	さわらのさいきょうやき おいおいしらたまじる さくらゼリー	あぶらあげ たまご さわら みそ とりにく	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	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	602 28.0 16.7 2.24
14	月	マーボーどう ふどん	ちゅうかあえ スーミータン	とうふ ぶたにく みそ ちくわ	ぎゅうにゅう とりにく たまご	にんじん チンゲンサイ にら もやし	たまねぎ ながねぎ ほししいたけ コーン	こめ むぎ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら ごま 2.08
15	火	わかめ ごはん	あじしモンふうみやき キャロットサラダ けんちんじる かわちばんかん	あじ ツナ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな たまねぎ きゅうり	だいこん ごぼう かわちばんかん	こめ さとう さといも	616 26.9 19.6 2.46
16	水	★入学おめでとう給食★1年生給食開始	わふうサラダ こうはくはんべんすましじる おいおいゼリー	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 むぎ かたくりこ さとう	あぶら ごま 2.47
17	木	ポーク カレーライス	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	コーン きゅうり りんご	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ	あぶら 2.38
18	金	★ちばけんでとれるたべもの★	マヒマヒフライ じばさんみそじる ひとくちぎゅうにゅうプリン	しいら ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	れんこん だいこん ながねぎ ごぼう	こめ むぎ さつまいも パンこ	あぶら 2.31 17.9 1.85
21	月	★ツナマヨ コーントース ト	★朝ベジレシピを食べよう★ ポトフ マスカットゼリー	ツナ ぶたにく ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ かぶのは マッシュルーム	コーン たまねぎ セロリ かぶ	パン さとう じゃがいも ゼリー	マヨネーズ 2.48
22	火	プルコギ どん	わかめスープ やさしいチップス	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 さとう さつまいも じゃがいも	あぶら ごま はるさめ 2.29
23	水	ごはん	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 むぎ かたくりこ じゃがいも	あぶら 2.31
24	木	★つだせんメニュー★ コーンバター ごはん	西洋野菜のこめごはん 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 とうふ	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 じゃがいも こめこ パンこ	あぶら バター 2.12
25	金	ひじき ごはん	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 しらたき	グリンピース たまねぎ	こめ さとう かたくりこ じゃがいも	あぶら 2.22
28	月	クリームかけ ピラフ	ツナサラダ あおりんごグミ	とりにく ツナ あさり	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん たまねぎ	マッシュルーム コーン キャベツ きゅうり	こめ むぎ こめこ グミ	バター あぶら 2.3
29	火	昭和の日							
30	水	ごはん	トマトミートローフ あおのりポテト ラビオリスープ ーロゼリー	とりにく ぶたにく だいす おから	ぎゅうにゅう あおのり 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 じゃがいも さとう パンこ ラビオリのかわ	あぶら 667 27.8 18.2 2.04

※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

主な材料の太字

商品名

こめ (コシヒカリ)

みそ

はねぎ

れんこん

こめこ

めしあがれ

だいこん

23日のみ

さつまいも

ほうれんそう

ながねぎ

食事摂取基準値		当月平均値
エネルギー	650	639
たんぱく質	26.7	25.7
脂質	18.1	19.1
食塩相当量	2.0	2.2

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(ベジタブル)を食べよう」略して「朝ベジ」を推進しています。裏面レシピ掲載。



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。

