



5月のよていにとんでひょう



令和7年度

佐倉市立染井野小学校

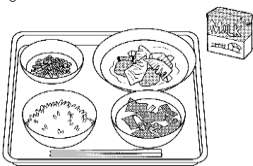
日付	牛乳	こ ん だ て め い		お も な ざ い り よ う			エネルギー (kcal) たんぱく質(g)	ししつ(g) 食塩相当量 (g)
		しゅしょく	おかず・デザート	あかいろのしょくひん 血・肉・骨をつくる	みどりいろのしょくひん 体の調子をととのえる	きいろのしょくひん 働く力や体温になる		
八十八夜								
1 木	○	からあげ ごはん	みそドレッシングサラダ くきわかめのスープ おちゃプリン	牛にゅう とりにく みそ くきわかめ	えだまめ キャベツ きゅうり にんじん もやし チンゲンサイ	こめ むぎ さとう あぶら ごま ごまあぶら はるさめ でんぶん おちゃプリン	686	25.3
							23.0	2.3
2 金	○	ごもく ちらしずし	とりにくのピリからやき すましじる こどものひゼリー	牛にゅう とりにく ちらしかまぼこ とうふ わかめ	にんじん ごぼう しいたけ かんぴょう きぬさや たまねぎ ねぎ	こめ むぎ さとう ごまあぶら さといも ごま ゼリー	596	18.6
							25.5	2.6
7 水	○	ごはん	ぶたにくのしょうがやき うめおかかサラダ だいこんのみそしる	牛にゅう ぶたにく かつおぶし あぶらあげ みそ	ほうれんそう キャベツ にんじん だいこん こまつな ねぎ	こめ ごま あぶら さとう	614	21.0
							24.6	2.2
8 木	○	ホットドッグ	しろはなまめのシチュー りんごゼリー	牛にゅう ウインナー とりにく しろはなまめ	キャベツ たまねぎ にんじん コーン	コッペパン あぶら じゃがいも こめこ ゼリー	683	28.9
							28.2	2.1
陸上壮行会								
9 金	○	ごはん	チキンカツ こまつなのごまあえ えのきたけのみそしる	牛にゅう とりにく ツナ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	こまつな にんじん もやし えのきたけ ねぎ	こめ こむぎこ パンこ あぶら ごま さとう	627	21.0
							25.5	1.9
12 月	○	ごはん	たらのみそマヨネーズやき ひじきとチーズのサラダ チンゲンサイのスープ	牛にゅう たら みそ ひじき ハム チーズ ベーコン	にんじん きゅうり チンゲンサイ しめじ しいたけ	こめ あぶら ごまあぶら はるさめ ノンエッグマヨネーズ	684	27.0
							29.6	2.6
朝ベジ								
13 火	○	チキンライス	あげごぼうのごまあえ ジュリエヌスープ 	牛にゅう とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース ごぼう セロリー キャベツ	こめ むぎ あぶら でんぶん さとう ごま	602	21.3
							19.6	2.1
14 水	○	ホイコーロー どん	とうふだんごスープ アセロラゼリー	牛にゅう ぶたにく みそ とうふ とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン はくさい こまつな しいたけ	こめ むぎ さとう ごまあぶら はるさめ でんぶん ゼリー	626	15.6
							21.9	1.7
15 木	○	ごはん	かんこくのり ナムル あつあげとだいこんのオイスターに	牛にゅう のり あつあげ とりにく	ほうれんそう きゅうり もやし にんじん だいこん きぬさや	こめ さとう ごまあぶら ごま あぶら	603	19.9
							23.2	2.0
おはなし給食「11ぴきのねことあほうどり」								
16 金	○	ごはん	コロケ ハムマリネサラダ とうふとわかめのみそしる	牛にゅう とりにく ハム とうふ あぶらあげ わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり ねぎ	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ パンこ さとう	658	21.7
							22.0	2.1
群馬県の郷土料理								
19 月	○	ごはん	かれいのにつけ じょうしゅうきんぴら こしねじる	牛にゅう かれい さつまあげ ぶたにく みそ	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ だいこん こまつな	こめ さとう でんぶん あぶら ごま さといも	594	13.8
							28.7	2.3
20 火	○	ガーリック ライス	カリカリツナサラダ ミネストローネ はちみつレモンゼリー	牛にゅう ベーコン ツナ だいず ウインナー	にんじん キャベツ コーン きゅうり たまねぎ トマト	こめ むぎ あぶら ごま ぎょうざのかわ あぶら マカロニ じゃがいも ゼリー オリーブオイル	680	18.7
							21.2	2.3
21 水	○	ごはん	とりにくのうめみそやき きりぼしだいこんのサラダ きのこのスープ	牛にゅう とりにく みそ ハム ベーコン	きりぼしだいこん にんじん キャベツ きゅうり しめじ しいたけ ほうれんそう	こめ さとう ごまあぶら	597	19.1
							24.4	2.5
22 木	○	ポークカレー ライス	コールスローサラダ ひとくちぶどうゼリー	牛にゅう ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり コーン りんご	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう	670	18.4
							22.4	1.9
23 金	○	スパゲッティ ミートソース	とうふサラダ オレンジ	牛にゅう ぶたにく チーズ わかめ とうふ	にんじん たまねぎ セロリ マッシュルーム トマト きゅうり コーン オレンジ	スパゲッティ バター あぶら こむぎこ オリーブオイル	633	23.6
							27.4	2.1
26 月	○	ごはん	ヤンニョムチキン はるさめサラダ もやしのちゅうかふうスープ	牛にゅう とりにく ハム	きゅうり にんじん たまねぎ もやし キャベツ	こめ でんぶん あぶら さとう みずあめ ごま はるさめ ごまあぶら	713	25.1
							24.8	2.2
27 火	○	シュガー トースト	やきにくサラダ やさいスープ	牛にゅう 牛にく ベーコン	だいこん にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ	しょくパン さとう あぶら じゃがいも オリーブオイル	591	26.3
							20.4	2.3
28 水	○	えのきたけ ごはん	にんじんサラダ さといもじる ヨーグルト	牛にゅう とりにく ツナ あぶらあげ みそ ヨーグルト	にんじん えのきたけ きゅうり たまねぎ ねぎ だいこん しめじ こまつな	こめ むぎ あぶら さとう さといも	595	18.6
							23.1	2.5
29 木	○	ごはん	さけのねぎみそやき なっとうあえ さわにわん	牛にゅう さけ みそ なっとう かつおぶし とりにく	ねぎ ほうれんそう もやし こまつな たまねぎ ごぼう にんじん たけのこ しいたけ	こめ さとう	594	16.0
							29.2	1.8
30 金	○	チンジャオ ロースーどん	くらげのあえもの はるさめスープ さつまいもチップス	牛にゅう ぶたにく くらげ とりにく	ピーマン たけのこ もやし にんじん きゅうり こまつな キャベツ	こめ むぎ さとう あぶら でんぶん ごまあぶら はるさめ さつまいも	627	17.4
							25.3	2.6
学校給食摂取基準							650	18.1
							26.8	2.0g未満
今月の平均値							633	20.8
							24.5	2.2

*天候や材料の納入で、献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。
*米はすべて佐倉市産コシヒカリ『めしあがれ』を使用しています。

「第3子以降学校給食費補助金」のご案内

扶養する子が3人以上いる世帯のうち、第3子以降の子が佐倉市立小・中学校に在籍している場合の学校給食費相当額を市が補助します。
補助金を受けるためには、毎年、申請が必要になりますので、忘れずに申請してください。
申請書等は6月以降に配布予定です。
【問】佐倉市教育委員会指導課 電話484-6193

申請が必要です！



保護者の方へ

4・5月分給食費引き落とし
1回目：5月7日（水）
再引き落とし日：5月20日（火）

2か月分となります。
残高の確認をお願いいたします。