



2022年 4がつ よていにんだてひょう

こんげつのもくひょう:きょういよくして、じゅんびしよう

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				
11	月		クリームかけ ピラフ	ツナサラダ マスカットゼリー	ぎゅうにゅう あさり ツナ	とりにく ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム にんじん キャベツ きゅうり マスカット	ピーマン コーン さとう	こめ バター さとう	むぎ こめこ あぶら	635 21.5 18.9 2.6
12	火		プルコギ どん	わかめスープ やさいチップス	ぎゅうにゅう なまあげ わかめ	ぶたにく ベーコン	ねぎ たまねぎ アスパラガス こまつな にんじん	にんにく にんじん えのき れんこん ごぼう	こめ さとう ごま じゃがいも	むぎ ごまあぶら さつまいも	618 23.1 17.8 2.5
13	水		ごはん	ホキのごまフライ じゃがいものなんばんに	ぎゅうにゅう たまご みそ	ホキ ぶたにく トウバンジャン			こめ パンこ じゃがいも あぶら	こむぎこ ごま こんにやく さとう	652 29.0 16.0 1.6
★★1年生給食開始★★											
14	木		ポークカレー ライス	ひじきとチーズのサラダ おいわいゼリー	ぎゅうにゅう チーズ ハム	ぶたにく ひじき	にんじん にんにく トマト コーン	たまねぎ しょうが きゅうり いちご りんご	こめ じゃがいも	むぎ あぶら	698 22.8 21.5 2.6
15	金		にくみそ どん	トックいりはるさめスープ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう みそ トウバンジャン	ぶたにく テンメンジャン とりにく	にんじん たまねぎ ねぎ ぶどう	ピーマン しょうが こまつな	こめ あぶら はるさめ	むぎ さとう トック	657 22.5 18.7 1.7
18	月		ツナライス	オニオンローストチキン キャベツのカレースープ	ぎゅうにゅう ベーコン	ツナ とりにく	たまねぎ パセリ キャベツ	コーン にんにく にんじん	こめ バター じゃがいも	むぎ あぶら	629 25.2 23.4 2.6
19	火		セルフメンチ カツサンド	ポトフ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	ぶたにく	キャベツ たまねぎ かぶ ごぼう	にんじん セロリ マッシュルーム コーン	パン マヨネーズ さとう	じゃがいも ごま パンこ	567 21.9 21.8 2.6
20	水		ごはん	とりにくのみそがらめ ちくぜんに ひとくちりんごゼリー	ぎゅうにゅう みそ	とりにく なまあげ	ごぼう だいこん ほうれんそう	にんじん りんご	こめ さとう こんにやく	かたくりこ ごま さといも	690 33.8 19.0 2.00
21	木		わかめ ごはん	ちくわのにしょくあげ こめこのすいとんじる	ぎゅうにゅう ちくわ とりにく	わかめ あおのり あぶらあげ	だいこん こまつな にんじん	しめじ ねぎ	こめ こめこ	こむぎこ	603 25.0 14.0 2.4
22	金		マーボーどん	スーミータン アセロラゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく テンメンジャン とりにく	とうふ みそ トウバンジャン たまご	ねぎ しょうが アセロラ	にんにく コーン	こめ あぶら かたくりこ	むぎ さとう	659 26.2 19.0 2.2
★★津田仙給食★★											
25	月		スパゲッティ ナポリタン	つだせんサラダ いちごのマフィン	ぎゅうにゅう フランク たまご	ベーコン ハム	にんにく にんじん アスパラガス トマト いちご	たまねぎ マッシュルーム ピーマン コーン キャベツ	スパゲッティ さとう ごま バター	あぶら マヨネーズ こむぎこ	653 26.4 22.6 2.1
26	火		ごはん	さばのてりやき だいこんのオイスター ソースに	ぎゅうにゅう なまあげ	さば とりにく	しょうが にんじん にんにく	だいこん しいたけ いんげん	こめ あぶら	さとう	627 30.7 21.1 2.0
27	水		キムチチャー ハン	てづくりはなしゅうまい やさいのたまごスープ ぱくがゼリー	ぎゅうにゅう とりにく たまご	ぶたにく だいす	しょうが にんじん にら しいたけ こまつな	にんにく はくさい たまねぎ こまつな	こめ あぶら ごまあぶら こむぎこ	むぎ さとう パンこ	566 21.9 16.0 2.3
28	木		ぶたどん	なめこのみそしる しらたまきなこ	ぎゅうにゅう みそ ぶたにく	とうふ きなこ	たまねぎ なめこ	しょうが ねぎ	こめ しらたき しらたま	むぎ さとう	622 28.0 14.8 2.2

🌸ご入学、ご進級おめでとうございます🌸

新しい希望に胸をふくらませ、新学期がスタートしました。
今年度も心をこめて、作っていきたく思います。
今年度の栄養士は荒木、調理員は(株)日本給食の調理員6名です。
児童の給食時間30分前には、校長、教頭が安全を確認します。今年度も安心・安全な給食を提供してまいります。

	食事摂取基準値	当月平均値
エネルギー	650	634
たんぱく質	26.7	25.5
脂質	18.1	18.9
食塩相当量	2.0	2.2



【お願い】

給食の献立、食材につきまして、台風や雪など気象の影響から食材の納入状況が変わることがあります。その場合、献立の一部が変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

★令和4年度給食について★

★月額給食費 4800円

★1食単価 290円

★年間給食実施回数 182回

給食費は口座からの引落になります。
残高不足にならないよう、今一度、ご確認ください。

～「津田仙」の広めた西洋野菜を食べよう～

佐倉市の先覚者である「津田仙」は、日本の近代農業の発展や教育などに貢献した人物です。私たちが毎日食べている野菜の多くは、明治以降日本に入ってきた外国が原産のものです。その西洋野菜を日本に広めた人物が「津田仙」です。4月25日の給食では(津田仙の命日が4月24日であるため)「津田仙」の広めた西洋野菜を使った献立を提供します。

