

2月 こんだてよていひょう

☆給食費について☆

- ・10期分の給食費の引き落としは4/1(月)です。
- ・11期分と合わせて引き落としとなるため、金額は9,600円となります。
- ・各ご家庭より納入いただいた給食費は、全て食材費に充てられます。

2024年 四街道市立中央小学校

2月主な給食用

食材の産地について

米：四街道

牛乳：千葉県

米粉：国産

青果類

じゃがいも：北海道

にんじん：四街道市

八街市

だいこん：神奈川県

千葉県

玉ねぎ：北海道

ごぼう：青森県

ねぎ：佐倉市

キャベツ：千葉県

愛知県

ほうれんそう：九州

こまつな：中国 千葉県

きゅうり：千葉県

高知県

ピーマン：宮崎県

パプリカ：韓国

ニューズランド

白菜：佐倉市 八街市

えだまめ：タイ

しいたけ：九州

しめじ：長野県

にんにく：青森県・

中国

しょうが：高知県 中

国

さつまいも：四街道市

もやし：栃木県

蓮根：佐倉市

りんご：青森県

不知火：愛媛県 高知

県

清美オレンジ：和歌山

県

肉・魚類

豚肉：千葉県 山形県

青森県 群馬県

牛肉：オーストラリア

鶏肉：岩手県

卵：国産

鰯：銚子

鰯：八戸

鯖：ノルウェー

鯖：チリ

鱈：北海道

乾物類

わかめ：岩手県

のり：香川・岡山県

※産地については、市

場での納入日が当日の

ため、最新の出荷状況

及び普段からの取り引

き実績を考慮しての予

定です。

また、出荷制限や出

荷禁止となった食品に

ついては市場に出回り

ません。

日付	しゅしょく	牛乳	おかずなど	エネルギー (kcal) たんぱく質 (%) 脂質 (%) 食塩相当量 (g)	おもなざいりょう		
					あか	みどり	き
					ちやにくになる	からだのちょうしをととのえる	ちからやねつのもとになる
1 (木)	からあげごはん		とうふのつくねやき いそかあえ	611 27.8 19.7 1.85	ぎゅうにゅう のり とうふ とりにく だいず かんでん	にんじん えだまめ キャベツ こまつな もやし しょうが	こめ あぶら ごま さとう でんぷん
2 (金)	むぎごはん		イワシのかばやき だいずのいそに みそけんちんじる	697 29.5 21.8 2.14	ぎゅうにゅう イワシ とりにく だいず ひじき とうふ みそ	コーン しいたけ にんじん だいこん れんこん こまつな ねぎ	こめ むぎ でんぷん あぶら さとう
5 (月)	なのはなごはん		サワラのさいきょうやき からしあえ きよみオレンジ	533 22.7 14.6 2.34	ぎゅうにゅう サワラ みそ かんでん	こまつな コーン なのはな キャベツ もやし きよみオレンジ	こめ ごま あぶら さとう
6 (火)	のりごはん		とりにくのてりやき みそあえ あつあげとだいこんのそぼろに	712 33.7 21.2 2.44	ぎゅうにゅう かつおぶし のり とりにく かんでん みそ とりにく あつあげ	しょうが キャベツ もやし にんじん こまつな たまねぎ だいこん えだまめ	こめ ごま さとう あぶら でんぷん
7 (水)	ガーリックトースト		スパチキほうれんそうソテー チリコンカン	659 31.8 24.1 2.13	ぎゅうにゅう とりにく とりレバー だいず レンズまめ ひよこまめ	にんにく たまねぎ パセリ しょうが ほうれんそう コーン にんじん トマト	パン マーガリン あぶら さとう
8 (木)	むぎごはん		シルバーみしょうやき なっとうあえ りんご	596 25.3 14.5 1.12	ぎゅうにゅう シルバー なっとう	しょうが こまつな キャベツ にんじん もやし	こめ むぎ さとう あぶら ごま
9 (金)	ごはん		まーぼーとうふ むげんピーマン かたぬきチーズ	747 31.8 27.3 1.94	ぎゅうにゅう とりにく みそ とうふ とうふ ツナ かんでん かつおぶし	にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ こまつな	こめ あぶら さとう ごま でんぷん
13 (火)	サケわかめごはん		ちくさやき こまつないため	615 30.6 20.6 2.02	ぎゅうにゅう サケ たまご わかめ ちくわ とりにく	にんじん ほうれんそう たまねぎ しいたけ こまつな こまつな コーン	ごま あぶら さとう
14 (水)	みそラーメン(ちゅかめん)		とりにくのからあげ ごまあえ いちごムース	667 32.9 25.4 2.89	ぎゅうにゅう わかめ なると みそ かまぼこ	ねぎ コーン たまねぎ にんじん もやし パプリカ キャベツ こまつな しょうが	ちゅうかめん でんぷん あぶら さとう 伊ゴムース
15 (木)	ごはん		てつくりエビはるまき チンジャオロースー ワカメスープ	676 28.4 19.4 2.15	ぎゅうにゅう エビ とりレバー とりにく とうふ わかめ	しいたけ こまつな いんげん しょうが たけのこ ピーマン にんじん にんにく	こめ はるまきのかわ でんぷん さとう はるさめ あぶら
16 (金)	ごはん		ブリだいこん いーとポテのごまあえ まっちゃんとうにゅうかん	743 28.1 23.2 1.41	ぎゅうにゅう ブリ とりレバー とうにゅう あずき かんでん	だいこん しょうが ほうれんそう	こめ あぶら でんぷん じゃがいも ごま さとう
19 (月)	むぎごはん		ソースカツ ちょうじゅなます ごじる	708 30.6 19.8 1.61	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ だいず とうにゅう こうやとうふ ぶたにく	れんこん にんじん ねぎ だいこん こまつな	こめ むぎ さとう こめこ あぶら ごま さとう
20 (火)	ごはん		アジのてんぷら おろしあえ こめここくとうむしパン	707 24.3 19.0 1.37	ぎゅうにゅう アジ ひよこまめ かんでん とうにゅう	しょうが にんにく こまつな キャベツ もやし にんじん だいこん	こめ でんぷん こめこ あぶら こくとう
21 (水)	ハヤシライス(ごはん)		シルバーサラダ ソーダゼリー	679 20.1 18.6 2.05	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト しめじ	こめ あぶら じゃがいも はるさめ ごま ノエグマヨ さとう ソダゼリー
22 (木)	ちゃめし		サバのざらざあけ ごまあえ おでん	716 29.0 22.7 2.19	ぎゅうにゅう サバ かんでん つみれ さつまあげ こんぶ うずらたまご かんでん	しょうが もやし にんじん キャベツ こまつな だいこん	こめ でんぷん あぶら ごま さとう じゃがいも
26 (月)	きなこあげパン		オニボテサラダ ミネストローネ	707 23.5 26.1 1.94	ぎゅうにゅう チーズ 特選インナー レンズまめ きなこ	きゅうり コーン にんじん たまねぎ えだまめ トマト	パン あぶら さとう じゃがいも ノエグマヨ さとう
27 (火)	ごはん		ぶたにくのしょうがやき ごしきあえ とうふのみそしる	624 26.3 18.8 2.06	ぎゅうにゅう ぶたにく 特選 かんてん とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ しょうが ほうれんそう にんじん もやし コーン こまつな	こめ さとう じゃがいも あぶら
28 (水)	ぎゅうめし		タラのいそべあけ ブロッコリーおかかに しらぬい	600 30.3 14.2 1.53	ぎゅうにゅう かんでん ぎゅうにく タラ あおのり かつおぶし こんにやく	にんじん えだまめ ブロッコリー コーン しらぬい	こめ さとう あぶら ごま こめこ
2月のおたんじょうびおめでとうこんだて				685	ジョア だいず とりレバー チーズ とりにく	にんにく にんじん たまねぎ えだまめ コーン トマト キャベツ レモン	こめ あぶら ノエグマヨ コンフレク ゼリー サイダー しらたまもち シュマイのかわ
29 (木)	タコライス(ごはん)	ジョア	(タコスミート・チップスサラダ) ゼリーしらたまパンナ	23.2 13.9 1.11			

※食材の入荷状況等の都合により、献立や材料が変わる場合があります。

※献立表に記載してある食品は主に使用している食品であり、すべての食品についての記載ではありませんのでご了承ください。

保護者の方へ

給食当番がまわってきましたら、白衣の洗濯をお願いいたします。

	栄養基準量	1カ月の平均値
エネルギー	650kcal	667kcal
たんぱく質	26.0g	27.8g
脂質	18.0g	20.2g
食塩相当量	2.0g	1.91g