

4月 こんだてよていひょう

☆給食費について☆

- ・4月の給食費の引き落としは、5/31(金)です。
- 金額は4,800円となります。前日までに残高の確認をお願いします。
- ・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

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			
10(水)	さくらちらし	○	たからぶくろ わかたけじる さんしょくだんご	734 29.5 22.7 2.70	ぎゅうにゅう あぶらあげ ひじき わかめ かまぼこ	きぬさや えのきだけ きりぼしだいこん しょうが こまつな	えのきだけ れんこん たけのこ にんじん	こめ さとう くしだんご		
11(木)	むぎごはん	○	サバのさらさあげ なっとうあえ はっさく	618 24.9 19.2 0.80	ぎゅうにゅう なっとう サバ	しょうが キャベツ もやし	ほうれんそう にんじん はっさく	こめ でんぶん あぶら		
12(金)	ガーリック トースト	○	こめこマカロニサラダ こめこシチュー	661 23.5 26.7 2.30	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう	にんにく きゅうり にんじん コーン	たまねぎ キャベツ えだまめ	パン ハートマヨ じゃがいも あぶら こめこ		
1年生 開始				697	ぎゅうにゅう	しょうが	にんにく	こめ	でんぶん	
15(月)	サケわかめ ごはん	○	とりにくのからあげ はるさめサラダ いちごとうにゅうかん	23.2 20.2 2.20	チーズ とりにく かんでん	キャベツ こまつな いちご	にんじん にんじん コーン	こめ あぶら さとう	はるさめ ごま	
16(火)	むぎごはん	○	イワシのかばやき いそかあえ しおとりじゃが	711 28.8 19.3 1.70	ぎゅうにゅう のり かんでん とりにく	イワシ かんでん	キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ	こめ でんぶん さとう あぶら	むぎ あぶら じゃがいも	
17(水)	さんさい うどん	○	ちくわのいそべあげ みそいりどり ゼリーヨーグルトあえ	597 27.3 22.8 2.80	ぎゅうにゅう とうふ とりにく あおのり	あぶらあげ かんでん ちくわ みそ	にんじん しいたけ さんさい れんこん	だいこん しめじ ほうれんそう ごぼう	うどん あぶら さとう とうにゅうクリーム	こめこ あぶら ゼリー
18(木)	チキン ライス	○	アスパラチキンソテー ポトフ	526 22.9 11.8 1.90	ぎゅうにゅう とりにく レンズまめ	かんでん 種ウインナー	たまねぎ にんじん えだまめ アスパラ キャベツ	にんじん えだまめ アスパラ	あぶら じゃがいも	だいたずバター
19(金)	チキンカレー ライス (ごはん)	○	(チキンカレールウ) ひじきのマリネ プリンふうデザート	716 25.9 18.0 2.00	ぎゅうにゅう ひじき かんでん とりにく	チーズ	にんにく にんじん えだまめ	しょうが たまねぎ	こめ あぶら アリンふうデザート さとう	あぶら
22(月)	ゆかり ごはん	○	タラのホイル焼き きりぼしだいこんに あまなつ	549 22.5 12.7 1.90	ぎゅうにゅう あつあげ タラ	あまなつ しめじ ピーマン にんじん	たまねぎ キャベツ きりぼしだいこん いんげん	こめ さとう だいずマーガリン ごま	だいたずマーガリン ごま	
4月のおたんじょうびきゅうしょく				663	ぎゅうどんのぐ	ジョア	にんじん	こめ	さとう	
23(火)	ぎゅうどん (ごはん)	ジョア	やさしいチップス ソーダゼリー いためやさしいみそしる	26.0 12.2 2.20	あつあげ みそ わかめ	たまねぎ しめじ れんこん だいこん	にんじん ねぎ ごぼう キャベツ	こめ あぶら じゃがいも ソーダゼリー	さつまいも さつまいも じゃがいも	
24(水)	フレンチ トースト (メープルジャム)	○	いもっこそらダ チリコンカン	694 27.0 23.6 1.80	ぎゅうにゅう とりにく だいたず ひよこまめ とうにゅう	種ウインナー とりにく レンズまめ とうにゅう	かぼちゃ コーン にんじん トマト	えだまめ にんにく たまねぎ	パン メープルジャム ソーダゼリー あぶら	さとう さつまいも メープルジャム さとう
25(木)	むぎごはん	○	シイラのピリカラに おひたし じゃがいもとわかめのみそしる	616 26.9 16.0 2.10	ぎゅうにゅう かんでん あぶらあげ みそ	シイラ とうふ わかめ	こまつな キャベツ たまねぎ	もやし にんじん	こめ でんぶん さとう	むぎ あぶら じゃがいも
26(金)	ごはん	○	ぶたにくのしょうがやき ごまあえ とうふのちゅうかに	684 31.0 22.6 2.10	ぎゅうにゅう かんでん とうふ レンズまめ	ぶたにく とうふ とりにく	たまねぎ もやし キャベツ こまつな	しょうが にんじん しいたけ にんにく	こめ あぶら さとう	あぶら
30(火)	たけのこ ごはん	○	メダイのてりやき おかかあえ みそけんちんじる	586 31.2 16.7 2.60	ぎゅうにゅう あぶらあげ かんでん とりにく	みそ メダイ かつおぶし とうふ	たけのこ もやし キャベツ だいこん	きぬさや こまつな にんじん ねぎ	こめ あぶら さとう でんぶん	さとう

4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：徳島

だいこん：八街市

玉ねぎ：北海道

ごぼう：青森県

ねぎ：千葉県

キャベツ：千葉県・

神奈川県

ほうれんそう：九州・

中国

こまつな：中国

きゅうり：千葉県

ピーマン：千葉県・

茨城県

白菜：茨城県

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

生姜：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

八朔：和歌山県

甘夏：熊本県・鹿児島

県

肉・魚類

豚肉：千葉・山形・

青森・群馬県

鶏肉：岩手県

牛肉：オーストラリア

鰯：千葉県

鱈：アメリカ・ロシア

真鱈：長崎

志伊良：長崎

目鯛：三陸

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。

※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、アイロンがけをお願いいたします。

また、清潔なマスクの持参もお願いいたします。

ボタン・ゴムのゆるみ、ほつれなどがありましたら、

ご家庭にあるもので修繕していただくとありがたいです。

今年度も、子どもたちの笑顔と健康のため、給食室一同(学校栄養士1名 調理員1名)で、おいしい給食作りに努めてまいります。
委託業者：㈱メフォス



	栄養基準量	1カ月の平均値
エネルギー	650kcal	646kcal
たんぱく質	26.0g	26.4g
脂質	18.0g	18.8g
食塩相当量	2.0g	2.1g