

家庭数配付



7月 こんだてよていひょう

☆給食費について☆

- ・4期分の給食費の引き落としは7/2(月)です。金額は4,800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

日付	しゅしょく	牛乳	おかずなど	11歳児 - (kcal) たんぱく質(%) 脂質(%) 食塩相当量(g)	お も な ざ い り よ う		
					あか	みどり	き
					ちやにくになる	からだのちようしをととのえる	ちからやねつのもとになる
1 (月)	タコ ガーリック ライス		サバのトマトソースやき ひじきのマリネ	595 25.6 18.3 1.70	ぎゅうにゅう タコ サバ ひじき チーズ かんでん	にんじん にんにく たまねぎ ほうれんそう トマト えだまめ コーン パプリカ	こめ あぶら さとう
2 (火)	ビビンめん (うどん)		(ビビンめんのぐ) ヤンニョムチキン	600 27.0 24.7 2.50	ぎゅうにゅう みそ とりにく	ぜんまい にんじん こまつな だいずもやし コーン キャベツ にんにくしょうが えだまめ	うどん じゃがいも あぶら みずあめ でんぶん さとう
3 (水)	むぎごはん		とりにくのちようせんやき ごまあえ ピーチゼリー	587 20.9 16.5 1.10	ぎゅうにゅう かんでん とりにく	にんにく しょうが もやし にんじん キャベツ こまつな	こめ ごま むぎ ゼリー あぶら さとう
4 (木)	コッペパン ラ・フランスジャム		タラのピザやき こめこ えだまめスープ	621 31.7 18.9 2.50	ぎゅうにゅう タラ チーズ キノコインナー だいず	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト えだまめ	パン こめこ ジャム さとう だいずバター じゃがいも とうにゅうクリーム
5 (金)	むぎごはん		イナダのびりからに みそあえ れいとうみかん	674 22.9 23.4 1.10	ぎゅうにゅう かんでん イナダ みそ	キャベツ もやし にんじん こまつな れいとうみかん	こめ さとう むぎ でんぶん あぶら ごま
8 (月)	ごはん		コロケ はるさめサラダ あまのがわじる おほしさまゼリー	642 21.2 15.2 2.10	ぎゅうにゅう とうふ なんと かまぼこ とりにく	キャベツ もやし コーン にんじん ねぎ オクラ こまつな	こめ あぶら はるさめ さとう ごま ゼリー コロケ
7.8月のおたんじょうびきゅうしょく				709 24.4 17.4	ジョア とりレバー だいず ヨーグルト	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー ピーマン トマト コーン れんこん	こめ ゼリー だいずマーガリン とうにゅうクリーム さつまいも じゃがいも あぶら
9 (火)	ドライカレーライス (ごはん)	ジョア マスカット	やさしいチップス ゼリーヨーグルトあえ	1.50	とりにく		
10 (水)	むぎごはん		チキンみそカツ なっとうあえ とうがんじる	715 29.6 23.3 2.80	ぎゅうにゅう みそ なっとう あつあげ とうふ とりにく	こまつな キャベツ にんじん もやし とうがん しいたけ	こめ こむぎこ むぎ あぶら パンこ でんぶん さとう
11 (木)	タンメン (ちゅうかめん)		(タンメンスープ) ニラレバいため こめこ おにまんじゅう	708 30.4 25.1 1.80	ぎゅうにゅう とりにく とりレバー とうにゅう あつあげ	ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ コーン こまつな にんにく しょうが にら もやし	ちゅうかめん さとう でんぶん こめこ あぶら さつまいも ごま
12 (金)	むぎごはん		とりにくのごまみそやき こまつないため バナナ	608 22.3 17.6 1.00	ぎゅうにゅう みそ とりにく あつあげ	こまつな コーン バナナ	こめ さとう むぎ ごま でんぶん
16 (火)	ごはん		てづくりラザニア ブロッコリーサラダ プリンふうデザート	780 27.4 23.0 1.70	ぎゅうにゅう とりレバー チーズ とりにく	にんにく しょうが なす コーン マッシュルーム トマト ブロッコリー たまねぎ バセリ	こめ /ノエッグマヨ あぶら ぎょうぎのかわ プリンふうデザート だいずクリーム
17 (水)	てづくり あんパン		スパチキほうれんそうソテー ポトフ とうもろこし	598 29.8 17.7 2.00	ぎゅうにゅう とりにく キノコインナー レンズまめ キノコインナー	しょうが にんにく ほうれんそう コーン たまねぎ にんじん えだまめ とうもろこし	パンきじ ごま あぶら しらたまもち じゃがいも さつまいも あずきあん

※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。

※週末に、給食当番児童が白衣を持ち帰ります。洗濯、補修、アイロンがけをしていただき、週明けに持たせていただきますようお願いいたします。学期末は、ご家庭で保管していただき、新学期に

新学期の給食は 9月3日(火)から始まります

	栄養基準量	1カ月の平均値
エネルギー	650kcal	647kcal
たんぱく質	26.0g	27.2g
脂質	18.0g	19.1g
食塩相当量	2.0g	1.9g

※学校給食における摂取エネルギーに対する割合



7月主な給食用
食材の産地について
米：千葉県
牛乳：千葉県
米粉：国産
青果類
じゃがいも：千葉県
さつまいも：四街道市
にんじん：千葉県
だいこん：千葉県
玉ねぎ：四街道市
ねぎ：茨城県・千葉県
キャベツ：千葉県・
青森県・群馬県
ほうれんそう：中国・
千葉県・群馬県
小松菜：千葉県・
中国・茨城県
ピーマン：茨城県
赤ピーマン：韓国
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
蓮根：千葉県・茨城県
・中国
もやし：栃木県
とうもろこし：八街市・
タイ
肉・魚類
ぶた肉：千葉・山形・
青森・群馬県
とり肉：岩手県
蛸：モーリタニア
鯖：長崎
鰯：岩手・秋田
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。