

4月 こんだてよていひょう

☆給食費について☆

2025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	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のえる	ちからやねつのもとになる	
10 (木)	さくらちらし	○	とうふバーグ やさいあん おひたし	568 19.0 18.4 2.40	ぎゅうにゅう かんでん とうふバーグ かまぼこ	きぬさや たけのこ コーン もやし	にんじん えだまめ こまつな キャベツ	こめ でんぶん あぶら さとう
11 (金)	むぎごはん	○	たからぶくろ キムチなっとうあえ	643 28.9 22.1 1.70	ぎゅうにゅう とりにく ひじき かんでん	あぶらあげ とりレバー なっとう	えのき たまねぎ こまつな にんじん	きりぼしだいこん しょうが キャベツ もやし キムチ
1年生 開始		○	はなしゅうまい サウピカンサラダ さくらゼリー	675 27.3 21.3 1.90	ぎゅうにゅう とりにく チーズ かんでん	だいず たまねぎ しょうが コーン しいたけ	にんじん えだまめ しょうが キャベツ	こめ でんぶん あぶら さとう
14 (月)	チキンライス			741 29.9 22.4 2.10	ぎゅうにゅう とりレバー とりにく チーズ	だいず たまねぎ マッシュルーム こまつな コーン	えだまめ しめじ キャベツ	こめ でんぶん さとう マッシュポテト
15 (火)	わかめ ごはん	○	チキンハンバーグ オニボテサラダ	678 23.6 27.6 2.20	ぎゅうにゅう レンズまめ ぎゅうにく	にんにく パセリ にんじん コーン	たまねぎ きゅうり キャベツ えだまめ	パン マカロニ あぶら じゃがいも
16 (水)	ガーリック トースト	○	マカロニサラダ ビーフシチュー	587 27.4 16.1 1.70	ぎゅうにゅう とりにく のり かんでん	カレイ しょうが こまつな もやし	にんじん しょうが キャベツ えだまめ	こめ でんぶん ごま さとう
17 (木)	からあげ ごはん	○	カレイのにつけ いそかあえ	619 24.5 18.6 1.30	ぎゅうにゅう チーズ とりにく ツナ	ぎゅうにゅう たまねぎ とりレバー たまねぎ	しょうが にんじん マッシュルーム ピーマン トマト	こめ ごま あぶら さとう
18 (金)	むぎごはん	○	とりにくのビザやき きりぼしだいこんのサラダ	695 23.5 24.5 1.80	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく ひじき	かんでん きゅうにゅう サバ みそ かつおぶし	にんじん グリンピース しょうが いんげん たまねぎ こまつな	こめ さつまいも あぶら でんぶん さとう
21 (月)	ひじき ごはん	○	とりにくとさつまいものうまに ナムル	693 23.3 18.2 1.70	ぎゅうにゅう とりにく レンズまめ	にんにく にんじん コーン もやし	しょうが たまねぎ キャベツ	こめ あぶら じゃがいも さとう
22 (火)	チキンカレー ライス (ごはん)	○	(チキンカレールウ) はるさめサラダ	648 24.3 20.3 1.40	ぎゅうにゅう とりにく イワシ みそ	ぎゅうにゅう れんこん えだまめ こまつな	だいこん ごぼう しいたけ こまつな	こめ でんぶん むぎ あぶら さとう
23 (水)	むぎごはん	○	イワシのかばやき みそいりどり	676 35.2 25.1 2.00	ジョア とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう かんでん サバ みそ ヨーグルト	ねぎコーン にんじん キャベツ にんにく こまつな	ちゅうかめん あぶら でんぶん パンケーキ どうにゅうホイップ
4月のおたんじょうびきゅうしょく				610 27.6 16.9 2.30	きざみあげ ぎゅうにゅう かんでん みそ かつおぶし	かんでん サバ みそ ヨーグルト	たけのこ しょうが こまつな にんじん	こめ さとう キャベツ
24 (木)	タンメン (ちゅうかめん)	ジョア	タンメンスープ) とりにくのちゅうかふうかふうからあげ パンケーキフルーツクリーム	617 30.8 16.1 2.30	ぎゅうにゅう かつおぶし みそ ぎゅうにく	あつあげ みそ ヨーグルト	たまねぎ しめじ コーン ごぼう だいこん	こめ さとう あぶら
25 (金)	たけのこ ごはん	○	サバのみそに おかかあえ ヨーグルト	622 29.4 21.4 2.70	ぎゅうにゅう とりにく きなこ	しょうが ほうれんそう しいたけ にんじん	にんにく コーン はくさい だいこん	パン さとう あぶら はるさめ

※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をお願いいたします。

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けるとありがたいです。

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11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	648kcal
たんぱく質	26.0g	26.8g
脂質	18.0g	20.6g
食塩相当量	2.0g	1.9g

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・愛知県

ほうれんそう：千葉県・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

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

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

アメリカ

鰯：千葉県

真鱈：長崎

油鰯：アラスカ

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。