



令和7年5月よていこんだてひょう



【小学校】

★は、1かい はいぜんしつまでとりにいきましょう。

酒々井町学校給食センター

日	曜	しゅしょく	牛	お か す	おもなざいりょうとはたらき					栄養価	
					あか		みどり		き		
					たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物		脂質
1	木	ココアあげパン	乳	★イタリアンサラダ (ドレッシング) ポークビーンズシチュー	ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん アスパラガス トマト	カリフラワー コーン にんにく しょうが たまねぎ グリーンピース	パン さとう じゃがいも	あぶら	642 21.3 24.4 2.8
2	金	ごはん	乳	さばしょうがしょうゆに ★ボンずあえ にらともやしのみそしる かしわもち	さば とうふ あぶらあげ ちくわ みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん にら こまつな	はくさい きゅうり もやし ながねぎ	こめ さとう かしわもち		732 28.7 22.9 2.8
7	水	ごはん	乳	★のりマヨサラダ ハヤシソース	かまぼこ ぶたにく	ぎゅうにゅう のり なまクリーム	にんじん ほうれんそう トマト	キャベツ にんにく たまねぎ しめじ	こめ じゃがいも さとう	ごま マヨネーズ あぶら	623 19.5 21.0 1.1
8	木	むぎごはん	乳	てつなべぎょうざ ★チョレギサラダ ちゅうかどんのぐ	ぎょうざ ぶたにく なると えび いか	ぎゅうにゅう のり	にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし きゅうり にんにく ほししいたけ ただけのこ	こめ むぎ さとう でんぶん	ごま ごまあぶら あぶら	614 28.0 15.3 3.0
9	金	ごはん	乳	とうふハンバーグ おろしソース ★いもいっぱいサラダ しずいみそのごじる	とうふ みそ ハンバーグ だいす とうにゅう	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん	だいこん えだまめ コーン ごぼう ながねぎ	こめ でんぶん さつまいも さとう さといも じゃがいも	マヨネーズ	650 23.7 19.8 3.0
12	月	ごはん	乳	ししゃもてつごまフライ 2こ ★カルてつサラダ すましじる	ししゃも ハム とりにく とうふ	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	にんじん みつば	きゅうり ほししいたけ ながねぎ	こめ パンこ ごむぎこ	ごま あぶら	694 29.6 28.2 3.1
13	火	ごはん	乳	コーンシューマイ 2こ ピピンパのぐ ちゅうかしらたまスープ	シューマイ ぶたにく みそ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん えどな こまつな	コーン にんにく しょうが きりほしだいこん ながねぎ	こめ さとう しらたま	あぶら ごま ごまあぶら	681 25.1 20.2 2.8
14	水	ごはん	乳	ぶたにくのカレーやき ★ごぼうサラダ だいこんスープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ ごぼう コーン きゅうり しめじ だいこん	こめ さとう マカロニ	マヨネーズ ごま	659 23.9 23.6 2.3
15	木	スパゲティ ミートソース	乳	ほきタルタルフライ ★おんやさいサラダ (ドレッシング) いちごヨーグルト	ぶたにく だいす ほき	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん トマト ブロッコリー	にんにく たまねぎ セロリ カリフラワー コーン	スパゲティ パンこ ごむぎこ じゃがいも	あぶら マヨネーズ	648 26.7 25.4 2.2
16	金	ごはん	乳	まつかぜやき きりほしだいこんのもの かぼちゃとたまねぎのみそしる がっきゅうだいふく	まつかぜやき あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん かぼちゃ	ほししいたけ きりほしだいこん たまねぎ ながねぎ	こめ さとう だいふく	ごま あぶら	690 24.7 18.8 3.0
19	月	たけのこごはん	乳	めばるしせんやき ★ちくわいりさっぱりサラダ とんじる メロンゼリー	めばる ちくわ みそ ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	たけのこ キャベツ ごぼう だいこん こんにゃく ながねぎ	こめ さとう さといも ゼリー	あぶら	641 30.9 16.8 3.0
20	火	ごはん	乳	てつカルパオパオ 2こ ★バンバンジーサラダ ジャジャンとうふ	てつカルパオパオ とりにく みそ ぶたにく なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	こんにゃく きゅうり もやし たまねぎ ほししいたけ ながねぎ	こめ じゃがいも さとう	あぶら	709 31.1 22.9 3.0
21	水	ごはん	乳	とりにくのばいにくやき ★みそドレッシングサラダ かきたまじる ウエハース	とりにく たまご かき みそ とうふ なると	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	うめ キャベツ きゅうり もやし たまねぎ ほししいたけ	こめ さとう でんぶん ウエハース	あぶら ごまあぶら ごま	603 27.1 17.4 3.0
22	木	ごはん	乳	ぶくじんづけ ポークカレー ★あわせるゼリーフルーツ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ぶくじんづけ にんにく しょうが たまねぎ アロエ パイナップル ナタデココ みかんかん	こめ じゃがいも ゼリー	あぶら	656 18.2 15.6 2.7
23	金	よこわり まるパン	乳	ハンバーグ てりやきソース ★ポイルキャベツ (マヨネーズ) チリコンカンスープ	ハンバーグ ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パセリ	キャベツ たまねぎ マッシュルーム	パン さとう でんぶん じゃがいも	マヨネーズ あぶら	653 26.3 29.1 3.6
26	月	ちゅうかめん	乳	にくシューマイ 2こ ★ブロッコリーサラダ ピリからみそラーメンスープ サワーゼリー	ぶたにく みそ シューマイ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら ブロッコリー	にんにく しょうが キャベツ コーン ながねぎ	ちゅうかめん ゼリー	あぶら ごまあぶら	690 29.5 20.4 4.1
27	火	ごはん	乳	とりつくね 2こ ★こまつなのマヨネーズあえ しずいみそのさつまじる	とりつくね ツナ みそ ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	コーン だいこん ながねぎ	こめ さつまいも	マヨネーズ	635 25.1 18.3 3.0
28	水	むぎごはん	乳	あつやきたまご ピリからにくみそ けんちんじる	たまご とうふ とりにく ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ だいこん ほししいたけ ごぼう ながねぎ	こめ さといも むぎ さとう でんぶん	あぶら	697 33.0 22.4 2.9
29	木	ごはん	乳	とりのレモンに ★かんでんサラダ とうふとなめこのみそしる	とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ブロッコリー	レモン きゅうり コーン だいこん なめこ ながねぎ	こめ でんぶん さとう	あぶら	602 27.3 16.4 2.9
30	金	カレーピラフ	乳	じゃがいもミートソースグラタン ★にんじんサラダ ウインナーポトフ	ツナ ウインナー しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう チーズ	トマト にんじん パセリ	きゅうり セロリ たまねぎ だいこん しめじ	こめ じゃがいも さとう	あぶら	675 22.5 23.5 3.2

★5月分給食費の口座振替日は、6月2日(月)になります。もし、残高不足等の理由により引き落としができなかった場合は、6月分と同じ日(6月30日)に再振替をします。残高の確認をお願いいたします。
★食材等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

学校給食摂取基準(8~9歳の場合)

エネルギー	: 650kcal	659
たんぱく質	: 21.1~32.5g	26.1
脂質	: 14.4~21.7g	21.1
食塩相当量	: 2.0g未満	2.8

9月から富里市学校給食センターの共同利用が始まります

酒々井町学校給食センターは、建物の老朽化が進み、衛生面や安全面の観点から、1学期をもって使用を終了します。町の学校給食は、9月1日から富里市学校給食センターの共同利用により、調理・配送・配膳をしていきます。また、8月21日に予行演習として富里市学校給食センターで調理した給食を提供します。詳細はマチコミメール添付ファイル(配信日:酒々井小学校4月11日、大室台小4月10日)をご覧ください。引き続き児童の皆さんに安心安全な給食を継続して提供できるよう努めますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

問合せ 酒々井町教育委員会学校教育課 TEL: 043-496-1171 (代)

今月の酒々井産



コシヒカリ
1等米



さつまい



味噌
・9日: 味噌汁
・27日: さつまい