令和7年度　4がつ よ て い こ ん だ て

船橋市立習志野台第二小学校

ひにち	ようび	しゅしょく	牛乳	おかず	主に体を作るもとになる食品	主にエネルギーのもとになる食品	主に体の調子を整える食品	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 食塩相当量 g	お知らせ
10	木	ご飯	○	ビビンバの具(肉・野菜) トック入りスープ　オレンジ	ぎゅうにゅう　ぶたにく レバー　だいず　わかめ とりにく	こめ　さとう　あぶら ごま　トック	しょうが　にんにく　ねぎ にんじん　もやし　こまつな しいたけ　オレンジ	626 28.1 17.4 2.1	進級おめでとう ございます
11	金	ご飯	○	さけの塩焼き　肉じゃが 小松菜のごまマヨネーズ　バナナ	ぎゅうにゅう　さけ　ハム ぶたにく	こめ　しらたき　あぶら じゃがいも　さとう　ごま エッグフリーマヨネーズ	にんじん　たまねぎ しいたけ　グリンピース こまつな　キャベツ　バナナ	621 29.9 18.7 1.6	季節の食材 「新じゃがいも」
14	月	ライス	○	ポークカレールウ ごまドレッシングサラダ　みかんゼリー	ぎゅうにゅう　ぶたにく チーズ　レンズまめ	こめ　あぶら　さとう バター　はくりきこ　ごま じゃがいも	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　マッシュルーム キャベツ　きゅうり　もやし こまつな　みかんかんづめ	636 22.1 19.8 2.1	新入生 お祝い献立
15	火	ご飯	○	なすの肉みそ丼(具)　春雨サラダ チーズポテト	ぎゅうにゅう　ぶたにく だいず　なまあげ　みそ チーズ	こめ　ごま　あぶら さとう　はるさめ じゃがいも　でんぷん	しょうが　にんじん　なす たけのこ　えだまめ　きゅうり もやし　こまつな	634 25.6 22.8 2.2	
16	水	ブドウパン	○	豚肉のトマト煮　大根サラダ 甘夏みかん	ぎゅうにゅう　ぶたにく だいず　ひよこまめ	ブドウパン　あぶら じゃがいも	にんにく　にんじん　トマト たまねぎ　マッシュルーム だいこん　とうもろこし こまつな　あまなつみかん	625 25.9 20.8 1.7	船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「だいこん」
17	木	たけのこご飯	○	さわらの照り焼き 小松菜のからし和え　豚汁　バナナ	ぎゅうにゅう　あぶらあげ さわら　ぶたにく　とうふ みそ	こめ　さとう　でんぷん こんにゃく　じゃがいも あぶら	にんじん　しいたけ　もやし たけのこ　しょうが　こまつな キャベツ　ごぼう　だいこん ねぎ　バナナ	621 29.8 18.9 2.2	季節の食材 「さわら」
18	金	ご飯	○	さばのごまだれ焼き　磯香和え 呉汁　オレンジ	ぎゅうにゅう　さば　のり あぶらあげ　とうふ　みそ とうにゅう　だいず	こめ　ごま　さとう	こまつな　もやし　にんじん だいこん　しめじ　ねぎ オレンジ	623 31.2 22.7 1.9	
21	月	パプリカライス	○	小松菜のクリームソース コーンサラダ　いちご	ぎゅうにゅう　とりにく とうにゅう　チーズ	こめ　バター　はくりきこ あぶら　さとう	たまねぎ　にんじん マッシュルーム　こまつな とうもろこし　にんにく キャベツ　きゅうり　いちご	622 23.2 22.5 1.7	船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「こまつな」
22	火	ハニーレモントースト	○	春キャベツのサラダ 鶏肉と野菜のスープ煮　甘夏みかん	ぎゅうにゅう　とりにく だいず　レンズまめ	パン　あぶら　さとう じゃがいも　はちみつ マーガリン	レモン　にんじん　たまねぎ キャベツ　セロリ　こまつな とうもろこし　きゅうり あまなつみかん	630 26.4 22.2 1.7	季節の食材 「春キャベツ」
23	水	ご飯	○	中華丼(具)　バンサンスー きなこおさつ	ぎゅうにゅう　ぶたにく きなこ	こめ　あぶら　さとう でんぷん　はるさめ ごま　さつまいも	しょうが　にんにく　しいたけ にんじん　たけのこ　もやし はくさい　こまつな とうもろこし	623 20.4 20.2 1.8	千教研
24	木	わかめご飯	○	さけの塩こうじ焼き　ごま和え じゃがいもと生揚げの旨煮　バナナ	ぎゅうにゅう　さけ　わかめ なまあげ	こめ　ごま　こうじ　さとう じゃがいも　こんにゃく あぶら	こまつな　もやし　にんじん たまねぎ　しいたけ さやいんげん　バナナ	620 30.0 17.3 2.0	
25	金	ご飯	○	あじの磯辺揚げ　納豆和え キャベツのみそ汁　河内晩柑	ぎゅうにゅう　あじ　とうふ あおのり　なっとう　みそ あぶらあげ　わかめ	こめ　でんぷん　あぶら はくりきこ　じゃがいも	にんじん　こまつな キャベツ　かわちばんかん	621 30.3 21.5 1.9	季節の食材 「河内晩柑」
28	月	麦ご飯	○	麻婆豆腐丼(具)　こまツナサラダ スイート豆ポテト	ぎゅうにゅう　ぶたにく とうふ　みそ　いんげんまめ まぐろかんづめ	こめ　むぎ　あぶら さとう　でんぷん さつまいも　バター	にんにく　しょうが　しいたけ たけのこ　にんじん　ねぎ にら　キャベツ　きゅうり こまつな　たまねぎ	629 25.8 20.8 1.9	
29	火	昭和の日							
30	水	甘納豆パン	○	鶏肉のマスタード焼き　フレンチサラダ レンズ豆のスープ　甘夏みかん	ぎゅうにゅう　とりにく ぶたにく　レンズまめ	あまなっとうパン　あぶら　さとう　でんぷん エッグフリーマヨネーズ	にんじん　こまつな　レモン キャベツ　きゅうり たまねぎ　はくさい あまなつみかん	635 27.4 23.4 2.0	季節の食材 「甘夏みかん」

※材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

ご入学・ご進級おめでとうございます

「船橋産の旬の食材を食べて知る日」

船橋市では、地域や地場産物への理解を深め、「ふるさと船橋」への思いを育むことを目的に、毎月「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を設定しています。
旬の食材のおいしさや地場産物の豊富さ、生産者の方への感謝の気持ち等を感じられるよう、発信しています。

牛乳のストローレス飲用について

本校では牛乳のストローレス飲用に取り組んでいます。牛乳パックはストローがなくても飲むことができる形です。
✿さまざまな理由によりストローを必要とする児童に配慮をします。
✿マイカップ、マイストローをご持参いただくことも可能です。ご家庭での衛生管理(洗浄等)をお願いします。
ご不明点等ございましたら、担任までご連絡ください。