

学校給食献立予定表

千葉県こてはし
学校給食センター
☎307-8740

令和8年4月分

—Aコース—

日	曜	献立名	主な材料名					栄養量		
			主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・ いも・砂糖	油脂		
10	金	麦ごはん 牛乳 春巻き マーボー豆腐 河内晩柑	豚肉 豚肉 大豆 豆腐	牛乳 牛乳	にんじん にんじん にら	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが たまねぎ たけのこ ねぎ かわちばんかん	米 麦 小麦粉 でん粉 はるさめ 砂糖 砂糖 でん粉	油 油 ごま油	801 25.9 22.9 2.4	
13	月	麦ごはん カレー 牛乳 厚焼き卵 こまつなとコーンのソテー	豚肉 白いんげん豆 卵 鶏肉	牛乳 牛乳	にんじん トマト たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも 砂糖 でん粉 たまねぎ とうもろこし	油 油	851 29.2 26.1 2.2		
14	火	入学・進級おめでとう献立								
		赤飯 ごま塩 牛乳 鶏肉の唐揚げ お祝いすまし汁 のりあえ 豆乳プリンタルト	あずき 鶏肉 鶏肉 はんぺん 豆腐 豆乳 大豆	牛乳 わかめ のり	にんじん にんじん こまつな にんじん	しょうが えのきたけ 干しいたけ だいこん ねぎ もやし かんぴょう	米 もち米 でん粉 米粉 砂糖 米粉 砂糖	ごま 油 油 油	851 34.1 30.9 2.8	
15	水	ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 高野豆腐の五目煮 千草あえ プチャセロラゼリー	さわら 鶏肉 凍り豆腐	牛乳 わかめ	にんじん にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ えだまめ キャベツ アセロラ果汁	米 砂糖 こんにゃく 砂糖 じゃがいも はるさめ 砂糖	油 ごま油 ごま	797 35.5 22.4 2.8	
16	木	薄切り食パン ポテトコロケのソースかけ 牛乳 ミネストローネ 野菜の新たまねぎドレッシングあえ	脱脂粉乳 鶏肉 豚肉	牛乳 牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ にんにく セロリ たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし にんにく	小麦粉 米粉 砂糖 じゃがいも パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 砂糖 じゃがいも でん粉 米粉マカロニ	マーガリン 油 油 オリーブ油	805 25.5 27.0 3.1	
17	金	ごはん ひじき入りそば 牛乳 さばのおろししょうゆ煮 新じゃがいものけんちん汁	豚肉 さば 鶏肉 豆腐 油揚げ	ひじき 牛乳	しょうが えだまめ にんじん にんじん	しょうが えだまめ だいこん ごぼう だいこん はくさい ねぎ	米 砂糖 砂糖 でん粉 じゃがいも	ごま 油	797 39.8 26.3 2.4	
20	月	薄切り食パン 牛乳 たらのポーションフライ クラムチャウダー 黒糖ビーンズ	脱脂粉乳 牛乳 たら 鶏肉 ベーコン 白いんげん豆 あさり 大豆	牛乳 牛乳 生クリーム	にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ しめじ えだまめ	小麦粉 米粉 砂糖 パン粉 小麦粉 じゃがいも 米粉	マーガリン 油 バター	810 39.4 28.0 2.7	
21	火	千葉県郷土料理「いわしのさんが焼き」								
		ごはん のり佃煮 牛乳 いわしのさんが焼き さつまいものみそ汁 こまつなのごまマリネ	のり 青のり 牛乳 いわし たら 豚肉 油揚げ 大豆 ひじき	牛乳 牛乳	しそ にんじん だいこん葉 こまつな にんじん	ねぎ しょうが だいこん ねぎ とうもろこし	米 砂糖 水あめ でん粉 はちみつ 砂糖 パン粉 でん粉 こんにゃく さつまいも	オリーブ油 油 油 ごま	792 34.1 22.1 3.4	

日 曜	献立名	主な材料名						栄養量	
		主に体の組織をつくる食品		主に体の調子を整える食品		主にエネルギーになる食品		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・ いも・砂糖	油脂		
22 水	鶏五目ごはん	鶏肉 大豆 油揚げ	ひじき	にんじん	干しいたけ えだまめ	こんにゃく 砂糖 米 玄米	油	804 32.6 30.0 3.0	
	牛乳		牛乳						
	かまぼこの磯香天ぷら	かまぼこ	あおさ			小麦粉 でん粉	油		
	じゃがいもと豚肉のごまみそいため	豚肉			たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖 でん粉	油 ごま		
	ヨーグルト		ヨーグルト			砂糖			
23 木	春の味覚を味わう料理								
	ごはん					米		793 30.9 23.9 2.8	
	牛乳		牛乳						
	鶏つくねのねぎソースかけ	鶏肉			たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	パン粉 砂糖 でん粉	ごま油		
	春キャベツたっぷりごま豚汁	豚肉 油揚げ	いわし粉	にんじん こまつな	キャベツ えのきたけ ねぎ	じゃがいも	ごま油 ごま		
切干大根のあえ物			にんじん	切干しだいこん もやし えだまめ とうもろこし	砂糖				
24 金	ごはん					米		821 33.6 22.4 2.1	
	ハヤシチュー	豚肉 白いんげん豆 ひよこ豆		にんじん トマト	にんにく たまねぎ グリーンピース	じゃがいも	油		
	牛乳		牛乳						
	チキンカツ	鶏肉				パン粉 小麦粉	油		
	こまつなときのこのソテー	ベーコン		にんじん こまつな	とうもろこし しめじ		油		
27 月	ごはん					米		812 34.4 25.4 3.2	
	牛乳		牛乳						
	ししゃものピリ辛焼き(2尾)		ししゃも						
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 大豆 さつま揚げ 生揚げ		にんじん	たまねぎ かんぴょう えだまめ	しらたき 砂糖 じゃがいも でん粉	油		
	かぶのレモンドレッシングあえ			にんじん かぶ葉	かぶ とうもろこし レモン果汁		油		
28 火	ごはん					米		835 30.6 27.0 3.1	
	牛乳		牛乳						
	揚げしゅうまい(2個)	豚肉			たまねぎ しょうが	パン粉 でん粉 小麦粉	油		
	中華コーンスープ	豚肉 なたと	わかめ	にんじん	たまねぎ はくさい ねぎ とうもろこし 干しいたけ	でん粉	ごま油 ごま		
	プルコギいため	豚肉		にんじん にら 赤ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ 干しいたけ もやし	砂糖 でん粉	油 ごま ごま油		
30 木	コッパパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	798 34.4 31.8 3.2	
	牛乳		牛乳						
	ハンバーグのトマトソースかけ	豚肉 鶏肉		トマト	たまねぎ	でん粉 砂糖	油		
	A B C スープ	鶏肉 ウィンナー 白いんげん豆		にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ	マカロニ			
	キャベツのコーンドレッシングあえ			にんじん	キャベツ もやし とうもろこし		とうもろこしドレッシング		

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。

豆乳プリンタルト、ヨーグルトは学配です。

主な材料名を掲載しています。食物アレルギーに関する食品は、該当者に配付している詳細な献立表でご確認ください。

	基準値	平均栄養量
エネルギー(kcal)	830	812
たんぱく質(g)	13~20%	32.9(16.2%)
脂質(g)	20~30%	26.2(29.0%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.8

種 類	産 地		種 類	産 地	
	2月(実施)	4月(予定)		2月(実施)	4月(予定)
米	千葉県	千葉県	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、神奈川県
パン(小麦粉)	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	ねぎ	千葉県、茨城県、群馬県	千葉県、茨城県、群馬県
牛乳	千葉県	千葉県	キャベツ	愛知県	愛知県
豚肉	青森県、茨城県、岩手県、群馬県、静岡県	青森県	たまねぎ	北海道	北海道、佐賀県、静岡県
鶏肉	千葉県、岩手県	千葉県、岩手県	もやし	栃木県	栃木県
鶏卵	—	千葉県	セロリ	千葉県、茨城県	千葉県、茨城県
にんじん	千葉市	徳島県	じゃがいも	北海道	鹿児島県、長崎県、北海道
ほうれんそう	千葉県	—	ごぼう	青森県、熊本県	—
にら	千葉県、栃木県	千葉県、栃木県	かぶ	—	千葉県
こまつな	千葉市	千葉市、茨城県	赤ピーマン	高知県	宮崎県、高知県、茨城県
青ピーマン	宮崎県	茨城県	アスパラガス	—	栃木県
はくさい	茨城県、栃木県、群馬県	茨城県、群馬県	—	—	—
きゅうり	—	千葉県、宮崎県	いよかん	愛媛県	—
			河内晩柑	—	愛媛県、熊本県、和歌山県
			はっさく	広島県	—

令和7年度第9期給食費の口座振替(3月25日実施)ができなかった方に、4月15日(水)に再振替を行います。前日までに必要な金額を登録口座にご用意ください。

(学校給食費に関するお問い合わせ 市保健体育課 電話 245-5909)