

学校給食献立予定表

千葉市大宮
学校給食センター
☎305-1355

令和7年2月分

— Aコース —

日曜	献立名	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		栄養量				
		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	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
3月	🍷 節分にちなんだ献立 🍷 ごはん ツナのしっとりふりかけ 牛乳 いわしの青のりフライ けんちん汁 福豆	いわし 鶏肉 生揚げ まぐろ 大豆	牛乳 あおのり	にんじん ごまつな	だいこん 干ししいたけ たまねぎ	ごぼう ねぎ えだまめ	米 パン粉 小麦粉 こんにやく さといも 砂糖	油 ごま	810	33.3	28.6	2.0
4火	ごはん 牛乳 鶏そぼろ入り厚焼きたまご 生揚げのカレー煮 いよかん	卵 鶏肉 豚肉 生揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ いよかん	えだまめ	米 でん粉 じゃがいも こんにやく 砂糖	油	782	33.1	19.1	2.0
5水	厚切り食パン りんごジャム 牛乳 豆腐ハンバーグのおろしソースかけ 米粉のコーンポタージュ 野菜のオニオンドレッシングあえ	鶏肉 豆腐 白いんげん豆	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ ブロッコリー	だいこん えのきたけ キャベツ	たまねぎ とうもろこし にんにく	食パン パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 じゃがいも 米粉 りんごジャム	油 バター	821	32.9	26.8	3.4
6木	🍷 都市アイデンティティ学校給食レシビコンテストメニュー 🍷 コーンピラフ 牛乳 チキンかつのトマトソースかけ シェルマカロニのボンゴレ ヨーグルト	鶏肉 豚肉 ベーコン あさり	牛乳 ヨーグルト	トマト 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン にんじん パセリ	にんにく とうもろこし	たまねぎ マッシュルーム	米 玄米 砂糖 パン粉 マカロニ 小麦粉 じゃがいも	油	828	35.0	24.8	2.7
7金	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 いも団子汁 塩昆布あえ	さば 鶏肉 生揚げ	牛乳 いわし粉 こんぶ	にんじん ほうれんそう ごまつな	だいこん ごぼう もやし	えのきたけ ねぎ キャベツ	米 砂糖 こんにやく じゃがいももち	油 ごま	784	30.7	27.6	2.7
10月	ポークカレーライス (ごはん) 牛乳 ポテトゴロッケ しょうがのさっぱりあえ	豚肉 白いんげん豆	牛乳	にんじん ほうれんそう	にんにく たまねぎ だいこん	しょうが はくさい	米 パン粉 小麦粉 じゃがいも 砂糖	油 ごま	883	28.8	24.7	2.3
12水	ごはん 牛乳 いなだの照り焼き 大根のみそ煮 デコボン	いなだ 鶏肉 生揚げ うすら卵	牛乳 いわし粉	にんじん	しょうが しめじ	だいこん デコボン	米 砂糖 でん粉 こんにやく	油	830	35.9	28.9	2.3
13木	🍷 リクエスト給食 ココア揚げパン 🍷 ココア揚げパン 牛乳 マカロニの豆乳煮 ごまつなとウインナーのマヨたまため アーモンド入り小魚	鶏肉 白いんげん豆 豆乳 卵 ウインナー	牛乳 かたくちいわし	にんじん ブロッコリー ごまつな	たまねぎ はくさい	しめじ とうもろこし	ココアパン 砂糖 米粉 じゃがいも マカロニ	油 マヨネーズ アーモンド	778	36.0	33.9	2.6
14金	ごはん 牛乳 あじのねぎみそ焼き かきたま汁 ごまドレッシングあえ	あじ 鶏肉 豆腐 卵	牛乳	にんじん ごまつな	ねぎ えのきたけ 切干しだいこん	たまねぎ キャベツ もやし	米 砂糖 でん粉	ごま油 ごま	801	37.7	26.7	2.4
17月	ごはん 牛乳 鶏つくねのあんかけ 根菜のみそ汁 ひじきとごまつなのマリネ	鶏肉	牛乳 いわし粉 ひじき	にんじん ごまつな	たまねぎ ごぼう とうもろこし	だいこん ねぎ	米 パン粉 でん粉 砂糖 こんにやく じゃがいも	油 ごま	801	30.2	26.0	2.6
18火	セルフピビンバ (ごはん ビビンバいため) 牛乳 揚げきょうざ 韓国もち入りスープ	豚肉 鶏肉 大豆	牛乳 わかめ	にら にんじん ごまつな	キャベツ にんにく ねぎ はくさい もやし	しょうが たまねぎ えのきたけ とうもろこし	米 でん粉 小麦粉 韓国もち 砂糖	油 ごま油	803	32.2	20.9	2.6
19水	🍷 まごわやさしい献立 🍷 ごはん 牛乳 ししゃものごまフライ (2尾) さつま汁 大豆のしぐれ煮	豚肉 鶏肉 大豆	牛乳 ししゃも わかめ	にんじん	だいこん えのきたけ しょうが	たまねぎ ねぎ	米 パン粉 小麦粉 さつまいも こんにやく 砂糖	ごま油 ごま	835	35.8	27.9	2.7
20木	麦ごはん 牛乳 かに玉あんかけ 生揚げの中草煮 春雨あえ	卵 かまぼこ 豚肉 生揚げ いか	牛乳	にんじん ごまつな	ねぎ たけのこ しょうが にんにく だいこん たまねぎ はくさい とうもろこし	干ししいたけ たまねぎ はくさい とうもろこし	米 麦 砂糖 でん粉 はるさめ	ごま油 ごま	807	31.7	23.3	2.9
21金	セルフサンド (薄切り食パン メンチカツ) 牛乳 鶏肉と白菜のスープ じゃがいものマスタードいため	豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん ごまつな さやいんげん	たまねぎ はくさい	しょうが ねぎ	食パン でん粉 パン粉 じゃがいも 砂糖	油 マヨネーズ	812	33.6	33.1	3.2
25火	ごはん ひじきの手作りふりかけ 牛乳 鶏肉のピリ辛みそ焼き 肉じゃが	鶏肉 豚肉 生揚げ かつお節	牛乳 いわし粉 ひじき ちりめんじゃこ	にんじん さやいんげん	にんにく	たまねぎ	米 砂糖 じゃがいも しらたき	ごま油 ごま	811	35.3	23.4	2.9
26水	五目炊き込みごはん 牛乳 ちくわの青のり揚げ (2個) じゃがいもと大豆のごまみそいため フルーツミックスゼリー	鶏肉 ちくわ 大豆	牛乳 あおさ	にんじん	ごぼう えだまめ	しめじ たまねぎ	米 もち米 でん粉 小麦粉 こんにやく 砂糖 ゼリー	油 ごま油	814	28.0	28.1	3.3
27木	ごはん 牛乳 ししゃもの唐揚げ (2尾) 豆腐とわかめのみそ汁 千草あえ	鶏肉 豆腐 油揚げ	牛乳 ししゃも わかめ	にんじん ごまつな	たまねぎ ねぎ	えのきたけ キャベツ	米 でん粉 じゃがいも はるさめ 砂糖	油 ごま油	792	31.0	27.3	2.7
28金	ココペパン 牛乳 コーングラタン ミートボールのトマト煮 もやしのソテー	鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマト ごまつな	とうもろこし しめじ キャベツ	たまねぎ もやし	ココペパン でん粉 マカロニ 小麦粉 砂糖 じゃがいも	バター 油	814	35.7	30.4	3.4

・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。

・ヨーグルト、フルーツミックスゼリーは学配です。

平均栄養量	811	33.2 (16.3%)	26.8 (29.7%)	2.7
基準値	830	13~20%	20~30%	2.5g未満

種類	産地		種類	産地	
	12月(実施)	2月(予定)		12月(実施)	2月(予定)
米	千葉市	千葉県	チンゲンサイ	—	茨城県
パン(小麦粉)	北海道、埼玉県、群馬県、 茨城県、千葉県	北海道、埼玉県、群馬県、 茨城県、千葉県	だいこん	千葉県	千葉県、神奈川県
牛乳	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉県、青森県	千葉県
豚肉	千葉県、岩手県、秋田県	青森県	キャベツ	千葉県	愛知県
鶏肉	千葉県、埼玉県、岩手県、青森県	岩手県、青森県	たまねぎ	北海道	北海道
鶏卵	千葉県	千葉県	もやし	栃木県	栃木県
にんじん	千葉県	千葉県	パセリ	—	千葉県
ほうれんそう	千葉県	千葉県	じゃがいも	北海道	北海道、長崎県、鹿児島県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県	さつまいも	千葉県	—
ごまつな	千葉県	千葉県	いよかん	—	—
ピーマン	茨城県、宮崎県	茨城県、宮崎県	みかん	愛媛県、熊本県	—
はくさい	茨城県	茨城県	りんご	山形県	—
			しらぬひ	—	—

給食で使用している主な食材の産地をお知らせします。



2月25日(火)は、給食費等の第8期振替日です。残高の確認をお願いします。引き落としができない場合、3月17日(月)に再振替を行います。(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)