

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

— B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	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 じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	782	33.1	19.1	2.0	
4火	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 小麦粉 小豆粉 さといも 砂糖	油 ごま	810	33.3	28.6	2.0	
5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 小麦粉 小麦粉 さつまいも こんにゃく 砂糖	ごま 油	835	35.8	27.9	2.7	
6木	麦ごはん 牛乳 かに玉あんかけ 生揚げの中華煮 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 もやし	干ししいたけ たまねぎ はくさい とうもろこし	米 小麦粉 小麦粉 さつまいも はるさめ	ごま 油	807	31.7	23.3	2.9	
7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トードいため	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 小麦粉 じゃがいも 砂糖	油 マヨネーズ	812	33.6	33.1	3.2	
10月	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 小麦粉 じゃがいも しらたき	ごま 油	811	35.3	23.4	2.9	
12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 小麦粉 もち米 小麦粉 こんにゃく じゃがいも ゼリー	ごま 油	814	28.0	28.1	3.3	
13木	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 豚肉 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 小麦粉 小麦粉 じゃがいも マカロニ	ごま 油	801	37.7	26.7	2.4	
14金	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 ごまつなとウィ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 ウィンナー	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	コッペパン 小麦粉 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	
17月	セルフビビンバ(ごはん ビビンバいため) 牛乳 揚げぎょうざ 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	しょうが たまねぎ えのきたけ とうもろこし	米 小麦粉 小麦粉 韓国もち 砂糖	ごま 油	803	32.2	20.9	2.6	
18火	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 小麦粉 小麦粉 こんにゃく じゃがいも	ごま 油	801	30.2	26.0	2.6	
19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 小麦粉 小麦粉 じゃがいも 米粉 りんごジャム	油 バター	821	32.9	26.8	3.4	
20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 小麦粉 小麦粉 マカロニ 小麦粉 じゃがいも	油	828	35.0	24.8	2.7	
21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 小麦粉 小麦粉 こんにゃく じゃがいももち	ごま 油	784	30.7	27.6	2.7	
25火	ポークカレーライス(ごはん) 牛乳 ポテトコロッケ 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 小麦粉 小麦粉 じゃがいも 砂糖	ごま 油	883	28.8	24.7	2.3	
26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 うずら卵	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 小麦粉 小麦粉 こんにゃく	油	830	35.9	28.9	2.3	
27木	コッペパン 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	コッペパン 小麦粉 小麦粉 マカロニ 小麦粉 じゃがいも	バター 油	814	35.7	30.4	3.4	
28金	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 干草あえ	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 小麦粉 小麦粉 はるさめ 砂糖	ごま 油	792	31.0	27.3	2.7	
									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

- ・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。
- ・フルーツミックスゼリー、ヨーグルトは学配です。

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	きゃべつ	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	デコボン	—	熊本県
			しらぬひ	—	愛媛県、和歌山県、熊本県

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)