

学校給食献立予定表

令和6年7月分

- A コース -

千葉市大宮
学校給食センター
☎305-1355

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)	
1月	ごはん 牛乳 野菜かき揚げ 天つゆ もずく汁 にんじんしりしり	鶏肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ まぐろ 卵	牛乳 もずく	にんじん だいこん葉 さやいんげん	ごぼう ねぎ 干しこいたけ	しょうが たまねぎ えのきたけ	米 小麦粉 でん粉	ごま ごま油 油	793	27.9	27.5	2.9
2火	コッペパン 黒豆きなこクリーム 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き 米粉マカロニのミルクスープ 野菜のコーンドレッシングあえ	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	牛乳	にんじん こまつな ブロッコリー	にんにく たまねぎ キャベツ	とうもろこし エリンギ	コッペパン マーマレード じゅがいも 米粉マカロニ	コーンドレッシング 黒豆きなこクリーム	874	34.9	36.0	3.4
3水	ごはん 牛乳 あじの竜田揚げ 豚バラと大根のみそ煮 ひじきの煮物	豚肉 あじ 凍り豆腐 うずら卵 さつま揚げ	牛乳 ひじき 煮干し	にんじん さやいんげん	しょうが えだまめ	だいこん 干しこいたけ	米 こんにゃく 砂糖 でん粉	油	881	38.9	33.2	2.8
4木	セルフサンド（薄切り食パン たらのポーションフレイ タルタルソース） 牛乳 ポークピーンズ ナタデココポンチ	たら 豚肉 ベーコン 大豆	牛乳	にんじん トマト さやいんげん	にんにく たまねぎ	マッシュルーム ナタデココ	食パン パン粉 小麦粉 じゅがいも 砂糖 ゼリー	油 タルタルソース	863	37.5	28.6	3.1
5金	夏の味覚を味わう献立 夏野菜カレーライス（麦ごはん） 牛乳 ツナオムレツ わかめときゅうりのあえ物	卵 まぐろ 豚肉 白いんげん豆	牛乳 わかめ	にんじん トマト かぼちゃ 青ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン	たまねぎ にんにく しようが なす	もやし きゅうり とうもろこし	米 麦 砂糖 でん粉	マヨネーズ 油 ごま ごま油	802	29.1	21.5	2.7
8月	ごはん 牛乳 春巻き なすのマー婆一煮 もやしのごま酢あえ	豚肉 大豆 生揚げ	牛乳	にんじん 青ビーマン トマト こまつな	たまねぎ たけのこ もやし ねぎ なす	しょうが にんにく キャベツ しめじ	米 砂糖 水あめ でん粉 小麦粉 はるさめ	油 ごま油 ごま	815	29.3	26.2	2.9
9火	千葉市産じゃがいもを使った献立 高菜とじゃこのごはん 牛乳 かまぼこの磯香天ぷら バターしょうゆポテト フルーツミックスゼリー	鶏肉 油揚げ かまぼこ 昆布 ワインナー	牛乳 ちりめんじゃこ 昆布 あおさ	にんじん たかな漬 パセリ	切干しだいこん かんぴょう たまねぎ	干しこいたけ	米 もち米 砂糖 小麦粉 じゅがいも でん粉 ゼリー	ごま ごま油 油 バター	802	27.9	30.4	3.0
10水	厚切り食パン チョコクリーム 牛乳 なすのミートグラタン 豆乳クラムチャウダー メロン	鶏肉 豚肉 豆乳 ベーコン アサリ	牛乳	トマト にんじん パセリ	なす たまねぎ にんにく	とうもろこし エリンギ メロン	食パン 小麦粉 マカロニ パン粉 米粉 じゅがいも チョコクリーム	オリーブ油 油	822	32.5	30.2	3.1
11木	ごはん 牛乳 つくねのごまみそかけ すまし汁 切干大根のピリ辛いため	鶏肉 豚肉 なると かまぼこ 豆腐 卵	牛乳	にんじん だいこん葉 こまつな	だいこん ねぎ えのきたけ	たまねぎ 干しこいたけ 切干しだいこん	米 でん粉 砂糖 パン粉	ごま 油 ごま油	810	30.5	26.0	2.8
12金	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン わかめスープ 小松菜のチャブチエ	鶏肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	しょうが にんにく たまねぎ もやし	ねぎ たけのこ しめじ 干しこいたけ	米 米粉 でん粉 韓国もち はるさめ 砂糖 水あめ	油 ごま油	838	39.0	22.2	2.7
・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は学配です。								平均栄養量	830	32.8 (15.8%)	28.2 (30.6%)	2.9
								基 準 値	830	13~20%	20~30%	2.5g未満

種類	産地		種類	産地	
	5月(実施)	7月(予定)		5月(実施)	7月(予定)
米	千葉県	千葉県	キャベツ	千葉市、千葉県、愛知県、茨城県	群馬県
パン(小麦粉)	千葉県、北海道、埼玉県、 茨城県、群馬県	千葉県、北海道、埼玉県、 茨城県、群馬県	だいこん ねぎ	千葉県	青森県、北海道
牛乳	千葉県	千葉県	ピーマン	茨城県	茨城県、山形県
豚肉	千葉県、群馬県、静岡県、岩手県、 青森県、北海道、鹿児島県	青森県	もやし	栃木県	栃木県
鶏肉	千葉県、岩手県、青森県、宮崎県	岩手県	きゅうり	福島県、山梨県	福島県
にんじん	千葉市、千葉県、徳島県	千葉県、青森県、北海道	はくさい	茨城県	茨城県
こまつな	千葉市	千葉市	じゃがいも	熊本県、長崎県、鹿児島県	千葉市、千葉県
たまねぎ	北海道、佐賀県	佐賀県、北海道	なす	—	千葉県、埼玉県、栃木県
トマト	—	千葉県	メロン	—	千葉県、茨城県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	栃木県	美生柑	愛媛県	—
ほうれんそう	千葉県	茨城県	甘夏	熊本県	—

7月25日(木)は給食費等の第2期振替日、8月26日(月)は第3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、それぞれ8月15日(木)、9月17日(火)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 245-5909)



＜学校給食費の保護者等負担軽減のお知らせ＞

千葉市では、食材の物価高騰に対応するため、学校給食費を値上げすることなく、食材費の一部（給食費の16%分51円）を市が負担し、これまで通りの栄養バランスや量を保った安全安心でおいしい給食を提供します。なお、本件に伴う学校給食費の増額はありません。