

# 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6年7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)	
1月	ごはん 牛乳 春巻き なすのマーボー煮 もやしのごま酢あえ	豚肉 大豆 生揚げ	牛乳	にんじん 青ピーマン トマト ごまつな	たまねぎ しょうが たけのこ にんにく もやし キャベツ ねぎ なす 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	
2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 パ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 ウインナー	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 かんびょう たまねぎ 干ししいたけ	米 もち米 砂糖 小麦粉 じゃがいも でん粉 ゼリー	ごま ごま油 油 バター	802	27.9	30.4	3.0	
3水	厚切り食パン チョココリム 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 あさり	牛乳	トマト にんじん パセリ	なす たまねぎ にんにく	どうもろこし エリンギ メロン	食パン 小麦粉 マカロニ パン粉 米粉 じゃがいも チョコクリーム	オリーブ油	822	32.5	30.2	3.1
4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 ごまつな	だいこん ねぎ えのきたけ	たまねぎ 干ししいたけ 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
5金	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン わかめスープ 小松菜のチャプチェ	鶏肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん ごまつな	しょうが にんにく たまねぎ もやし	ねぎ たけのこ しめじ 干ししいたけ	米 米粉 でん粉 韓国もち はるさめ	油 ごま油	838	39.0	22.2	2.7
8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 豚肉 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 干ししいたけ	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
9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 ごまつな ブロッコリー	にんにく たまねぎ キャベツ	どうもろこし エリンギ	コッペパン マーマレード じゃがいも 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
10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 干ししいたけ	米 こんにゃく 砂糖 でん粉	油	881	38.9	33.2	2.8
11木	セルフサンド（薄切り食パン たらのポーシェンフライ タルタルソース） 牛乳 ポークビーンズ 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 じゃがいも 砂糖 ゼリー	油 タルタルソース	863	37.5	28.6	3.1
12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 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン	たまねぎ にんにく しょうが なす	もやし きゅうり どうもろこし	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
								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

- ・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。

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	千葉県	青森県、北海道
牛乳	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉市、千葉県、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	ピーマン	茨城県	茨城県、岩手県
鶏肉	千葉県、岩手県、青森県、宮崎県	岩手県	もやし	栃木県	栃木県
にんじん	千葉市、千葉県、徳島県	千葉県、青森県、北海道	きゅうり	福島県、山梨県	福島県
ごまつな	千葉市	千葉市	はくさい	茨城県	茨城県
たまねぎ	北海道、佐賀県	佐賀県、北海道	じゃがいも	熊本県、長崎県、鹿児島県	千葉市、千葉県
トマト	—	千葉県	なす	—	千葉県、埼玉県、栃木県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	栃木県	メロン	—	千葉県、茨城県
ほうれんそう	千葉県	茨城県	美生柑	愛媛県	—
			甘夏	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。



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ぬ。