

# 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8・9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・海藻	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)	
27 火	ごはん ツナのしつとりぶりかけ 牛乳 いかの天ぷら 豚汁	豚肉 いか まぐろ 生揚げ	牛乳	にんじん こまつな	だいこん 干しこいとけ ねぎ	ごぼう ねぎ	米 じゃがいも こんにゃく 小麦粉 でん粉	油 ごま油	822	33.8	29.5	2.4
28 水	黒糖パン 牛乳 タンドリーチキン ミネストローネ 白玉ポンチ	鶏肉 ウインナー ベーコン 白いんげん豆	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト パセリ	キャベツ セロリ にんにく りんご缶	たまねぎ しょうが 黄桃缶	黒糖パン じゃがいも 砂糖 ゼリー もち	油	813	31.6	27.5	3.3
29 木	ごはん 牛乳 いわしのごまフライ マー婆ー豆腐 野菜のオイスターソースいため	鶏肉 豚肉 大豆 豆腐 いわし	牛乳	にんじん こまつな にら	キャベツ たけのこ 大豆もやし ねぎ	たまねぎ とうもろこし ねぎ	米 砂糖 でん粉 小麦粉 パン粉	油 ごま油	800	35.8	23.8	3.0
30 金	チキンカレーライス (ごはん) 牛乳 ハンバーグ わかめのあえ物	鶏肉 豚肉 白いんげん豆	牛乳 わかめ	にんじん	やし きゅうり どうもろこし	たまねぎ しおが にんにく	米 じゃがいも 砂糖 でん粉	油 ごま油	860	32.3	26.1	2.6
2 月	ごはん 牛乳 野菜かき揚げ 天つゆ 根菜ごま汁 切干大根のピリ辛いため	鶏肉 豚肉 生揚げ	牛乳 煮干し	にんじん だいこん葉 こまつな	だいこん たまねぎ 切干したいこん	ごぼう ねぎ	米 さといも 砂糖 でん粉 こんにゃく	油 ごま油	836	29.6	29.1	2.8
3 火	豚キムチ丼 (麦ごはん) 牛乳 あじフライ もやしのナムル	豚肉 あじ 生揚げ	牛乳	にんじん こまつな にら	たまねぎ 切干したいこん はくさいキムチ たくあん漬 キャベツ もやし	とうもろこし えのきだけ たくあん漬 ごぼう ねぎ	米 麦 しらたき 小麦粉 砂糖	油 ごま油	858	36.6	24.4	2.3
4 水	テーブルロール 牛乳 ウインナーたまご巻き 肉団子と豆のブランシッシュ 夏みかんの缶詰	鶏肉 豚肉 ウインナー 卵 白いんげん豆	牛乳	にんじん さやいんげん トマト	夏みかん缶	たまねぎ	テーブルロール じゃがいも 砂糖 でん粉	油	790	26.3	26.9	3.3
5 木	五目炊き込みごはん 牛乳 さばの更紗揚げ ごまつなのおかかいため ヨーグルト	鶏肉 豚肉 さば かつお節 油揚げ 大豆	牛乳 ひじき ヨーグルト	にんじん こまつな	キャベツ えだまめ ねぎ	ごぼう 干しこいとけ	米 もち米 こんにゃく 砂糖 でん粉	油	809	34.4	33.5	2.1
6 金	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き 凍り豆腐とキャベツの煮物 磯香あえ	鶏肉 豚肉 凍り豆腐 生揚げ	牛乳 焼きのり	にんじん こまつな さやいんげん	キャベツ たまねぎ えだまめ にんにく	エリンギ もやし しおが	米 砂糖 でん粉 こんにゃく	油 ごま油	799	37.6	26.1	3.1
9 月	ごはん 牛乳 しゅうまい (2個) 生揚げのキムチ煮 春雨の中華あえ	豚肉 うずら卵 生揚げ 大豆	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ きくらげ はくさいキムチ もやし ねぎ	きゅうり たまねぎ しおが	米 はるさめ 砂糖 でん粉 小麦粉 パン粉	油 ごま油	855	32.9	27.7	2.9
10 火	セルフサンド (背割りコッペパン ウインナーのチリソースかけ) 牛乳 野菜と肉団子のスープ煮 梨	鶏肉 ベーコン 豚肉 ウインナー 白いんげん豆	牛乳	にんじん プロッコリー	キャベツ スッキーニ	たまねぎ なし	コッペパン じゃがいも 砂糖	油	783	32.1	32.6	3.4
11 水	ごはん 牛乳 かまぼこの磯香天ぷら じやがいもの五目煮 ごまあえ	豚肉 うずら卵 凍り豆腐 かまぼこ	牛乳 あおさ	にんじん こまつな	たまねぎ もやし	えだまめ	米 でん粉 じゃがいも こんにゃく 砂糖 小麦粉	油 ごま	812	29.6	26.0	2.3
12 木	厚切り食パン チョコクリーミー 牛乳 トマトオムレツ クラムチャウダー キャベツのレモン酢あえ	鶏肉 ベーコン あさり 卵	牛乳 生クリーミー <sup>1</sup> わかめ	にんじん トマト パセリ	キャベツ たまねぎ エリンギ	きゅうり とうもろこし レモン果汁	食パン じゃがいも 米粉 砂糖 チョコクリーミー	油 バター	805	31.1	30.1	3.4
13 金	お月見献立 (1) ごはん 牛乳 チキンみそかつ 白玉とさといものすまし汁 もやしの香味あえ	鶏肉 豚肉 なると 豆腐	牛乳	にんじん こまつな	きゅうり 切干したいこん はくさい えのきだけ ねぎ	干しこいとけ ねぎ	米 さといも 小麦粉 パン 砂糖	油 ごま油	807	30.7	23.3	2.7
17 火	ごはん 牛乳 いわしの土佐煮 豆乳みそ汁 豚肉と根菜の甘辛いため アーモンド小魚	鶏肉 豚肉 いわし 豆腐	牛乳 煮干し かたくちいわし	にんじん こまつな さやいんげん	だいこん しおが	えのきだけ ごぼう	米 じゃがいも でん粉 こんにゃく 砂糖	油 アーモンド ごま油	787	35.3	22.2	2.9
18 水	セルフサンド (コッペパンズ たらフライのソースかけ) 牛乳 米粉マカロニのトマトスープ フルーツポンチ	鶏肉 豚肉 たら	牛乳	にんじん トマト パセリ	たまねぎ にんにく 黄桃缶 りんご缶 ナタデココ	にんにく とうもろこし 黄桃缶 りんご缶	コッペパン 米粉マカロニ じゃがいも でん粉 砂糖 ゼリー 小麦粉 パン粉	油	837	33.5	24.9	3.1
19 木	ごはん 牛乳 棒ぎょうざ 生揚げのうま煮 焼きピーフン	鶏肉 豚肉 生揚げ うずら卵	牛乳	にんじん こまつな にら 青ビーマン 赤ビーマン	キャベツ はくさい だいこん しおが	たまねぎ きくらげ ねぎ	米 砂糖 でん粉 小麦粉 ピーフン	油 ごま油	811	29.4	23.7	2.7
20 金	麦ごはん にんじんそぼろ 牛乳 ししゃものごまフライ (2尾) かきたま汁	鶏肉 豚肉 豆腐 かまぼこ 卵	牛乳 ししゃも	にんじん 青ビーマン 黄ビーマン 赤ビーマン こまつな	たまねぎ 干しこいとけ ねぎ	たけのこ えのきだけ ねぎ	米 麦 砂糖 でん粉 小麦粉 パン粉	油 ごま	838	34.8	29.1	2.9
24 火	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 塩ちゃんこ鍋 キムタクいため	鶏肉 豚肉 さば うずら卵 生揚げ	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ もやし 切干したいこん エリンギ はくさいキムチ たくあん漬 ねぎ	きゅうり とうもろこし ねぎ	米 砂糖 でん粉 小麦粉 パン粉	油 ごま	837	38.7	30.3	2.6
25 水	ブランコッペパン 牛乳 さけのフライ タルタルソース チリコンカン 冷凍みかん	豚肉 さけ 大豆 レンズ豆	牛乳	にんじん トマト 青ビーマン 赤ビーマン みかん	たまねぎ にんにく	とうもろこし セロリ	ブランコッペパン じゃがいも 米粉 砂糖 パン粉	油 タルタルソース	858	39.6	28.1	3.1
26 木	ごはん 牛乳 肉団子の甘酢あん (2個) 八宝菜 大根とわかめのあえ物	鶏肉 豚肉 うずら卵 なると 生揚げ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	キャベツ だいこん きくらげ ねぎ	とうもろこし きくらげ ねぎ	米 パン粉 砂糖 でん粉	油 ごま油	793	33.4	24.5	3.0
27 金	ごはん 牛乳 あじのさんが焼き みそすいとん汁 卵と野菜のいため物	鶏肉 豚肉 生揚げ あじ たら 卵	牛乳 煮干し	にんじん こまつな にら	だいこん たまねぎ えのきだけ ごぼう ねぎ	きくらげ たけのこ ねぎ	米 じゃがいも すいとん パン粉 砂糖 でん粉	油	801	36.0	23.7	3.0
30 月	カレーピラフ 牛乳 はんべんチーズフライ ひじきと野菜の塩ドレッシングあえ はちみつレモンゼリー	ウインナー 大豆 はんべん チーズ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな 青ビーマン 黒ビーマン 赤ビーマン	マッシュルーム えだまめ もやし	とうもろこし マッシュルーム とうもろこし 砂糖 ゼリー でん粉	米 もち米 小麦粉 パン粉 砂糖 ゼリー でん粉	油 塩ドレッシング ごま	796	28.6	30.6	3.0

・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、はちみつレモンゼリーは学配です。

給食で使用している主な食材の産地をお知らせします。



種類	産地		種類	産地	
	6月 (実施)	8・9月 (予定)		6月 (実施)	8・9月 (予定)
米	千葉県	千葉県	キャベツ	千葉県、愛知県、群馬県	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 茨城県、群馬県	青森県、北海道 茨城県、群馬県、青森県
牛乳	千葉県	千葉県	ピーマン	茨城県	茨城県、岩手県、青森県
豚肉	千葉県、群馬県、栃木県、山形県、 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、宮崎県	岩手県	きゅうり	福島県、茨城県	福島県
にんじん	千葉市	青森県、北海道	はくさい	茨城県、群馬県、長野県	長野県
こまつな	千葉市	千葉市	じゃがいも	千葉市、長崎県	千葉県、北海道
たまねぎ	佐賀県	佐賀県、北海道	さつまいも	—	—
スッキーニ	—	群馬県、長野県	メロン	千葉県、茨城県、山形県	—
にら	千葉県、茨城県、栃木県、群馬県	千葉県、茨城県、茨城県	りんご	—	青森県
ほうれんそう	千葉県	—	なし	—	千葉県

9月17日(火)は、給食費等の第3期の再振替日です。8月26日(月)に引き落としができなかった方を対象として、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)