

# 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8年2月分

—Aコース—

日	曜	献立名	主な材料名						栄養量 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	
			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			
			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		
2	月	麦ごはん 牛乳 ハンバーグの照り焼きソースかけ	豚肉 鶏肉	牛乳			たまねぎ しょうが だいこん えのきたけ 干ししいたけ ねぎ	米 麦 砂糖 でん粉	801 31.9 25.6 2.8	
		もずくスープ	豚肉 豆腐	もずく	にんじん だいこん葉			油 油 ごま		
		アーモンドあえ			こまつな にんじん	キャベツ もやし	砂糖	アーモンド ごま油		
		行事食にちなんだ献立～節分～								
3	火	ごはん 牛乳 いわしの青のリフライ 吳汁 卵いため	いわし 鶏肉 油揚げ 大豆 豆乳 豚肉 卵	牛乳 あおさ	にんじん だいこん葉 こまつな		ごぼう だいこん えのきたけ ねぎ たまねぎ	米 パン粉 小麦粉 じゃがいも 砂糖	799 35.7 25.1 3.0	
		ごはん 牛乳 たらのレモンソースかけ 辛み豆腐汁 のりあえ	たら 鶏肉 大豆 生揚げ	牛乳 のり	にんじん にら こまつな にんじん		レモン果汁 たまねぎ もやし キャベツ	米 砂糖 でん粉 じゃがいも 砂糖		
		コッペパン 牛乳 チキンチーズ焼き 冬野菜のカレーポトフ	鶏肉	脱脂粉乳 牛乳 チーズ	赤ピーマン パセリ にんじん ブロッコリー			小麦粉 米粉 砂糖 パン粉 砂糖 でん粉 じゃがいも	マーガリン 32.3 25.4	
		フルーツポンチ チョコクリーム	鶏肉 豚肉 白いんげん豆				ぶどう果汁 いちご果汁 みかん果汁 りんご缶	砂糖		
4	水	ごはん 牛乳 たらのレモンソースかけ 辛み豆腐汁 のりあえ	たら 鶏肉 大豆 生揚げ	牛乳 のり	にんじん にら こまつな にんじん			水あめ 砂糖 小麦粉	787 36.2 23.5 2.9	
		コッペパン 牛乳 チキンチーズ焼き 冬野菜のカレーポトフ	鶏肉	脱脂粉乳 牛乳 チーズ	赤ピーマン パセリ にんじん ブロッコリー		たまねぎ だいこん しめじ	マーガリン		
		フルーツポンチ チョコクリーム	鶏肉 豚肉 白いんげん豆				ぶどう果汁 いちご果汁 みかん果汁 りんご缶	油		
		ごはん 牛乳 春巻き マー婆ー大根 鶏肉と野菜の黒酢いため	鶏肉 大豆 生揚げ	牛乳	にんじん にんじん にら にんじん こまつな		砂糖	油 油 ごま油 ごま		
6	金	ごはん 牛乳 春巻き マー婆ー大根 鶏肉と野菜の黒酢いため	鶏肉	牛乳	にんじん にんじん にら にんじん こまつな		キャベツ たまねぎ しょうが にんにく ねぎ たまねぎ たけのこ だいこん しょうが ねぎ たまねぎ きくらげ キャベツ	米 はるさめ でん粉 小麦粉 砂糖 砂糖 でん粉 砂糖 でん粉	822 29.2 26.7 3.0	
		ごはん 牛乳 しゅうまい(2個) 八宝豆腐 きくらげのあえもの	豚肉	牛乳	にんじん にんじん にら にんじん		たまねぎ しょうが にんにく しょうが 干ししいたけ たけのこ たまねぎ はくさい だいこん はくさい きくらげ ゆず果汁	油 油 油 砂糖		
		ココア揚げパン 牛乳 大豆と米粉マカロニのミートソース煮	鶏肉 大豆	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト		パン粉 でん粉 小麦粉	マーガリン 油		
		スパイシージャーマンポテト フルーツミックスゼリー	鶏肉		にんじん		にんにく しょうが たまねぎ にんにく たまねぎ とうもろこし りんご果汁 ぶどう果汁 パインアップル果汁 もも果汁	油 油 砂糖		
9	月	キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉		しょうが にんにく えのきたけ はくさいキムチ たくあん漬	米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ	793 29.9 22.6 2.8	
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉		しょうが にんにく もやし たけのこ 干ししいたけ 干しうどろ	砂糖		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			米		
		厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	鶏肉 鶏肉 豚肉 白いんげん豆 レンズ豆	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト		たまねぎ キャベツ しめじ もやし にんにく セロリ たまねぎ だいこん キャベツ いよかん	砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
10	火	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
11	水	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
12	木	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
13	金	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
14	土	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
15	日	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん だいこん葉			米 玄米 砂糖 でん粉 砂糖 水あめ 砂糖 はるさめ		
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん			砂糖 じやがいも みかんドレッシング アーモンド		
16	月	厚切り食パン 牛乳 クリスピーチキン 冬野菜のミネストローネ いよかん 黒豆きなこクリーム	きな粉	脱脂粉乳 牛乳	にんじん トマト			小麦粉 米粉 砂糖 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 35.1 28.9 3.1	
		キムたくごはん 牛乳 ヤンニヨムフィッシュ チャプチエ ヨーグルトレーズン	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉			マーガリン 油 油 油		
		ごはん 牛乳 オムレツ チキンカレー	たら 鶏肉 大豆</							

日	曜	献立名	主な材料名						栄養量 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	
			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			
			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		
17	火	麦ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグのごまみそたれかけ 豚汁 冬野菜のあえもの	鶏肉 豆腐 豚肉 生揚げ 油揚げ	牛乳	にんじん だいこん葉 にんじん ほうれんそう	たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ だいこん はくさい しょうが	米 麦 砂糖 でん粉 じゃがいも 砂糖	油 ごま 油 ごま油	795 33.6 24.0 3.4	
18	水	まごわやさしい献立	じゃこごはん 牛乳 さばの柚庵焼き ごま酢あえ ヨーグルト	鶏肉 大豆 油揚げ さば	ちりめんじやこ こんぶ いわし粉 牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん にんじん	干ししいたけ えだまめ ゆず果汁 もやし	米 玄米 砂糖 さつまいも 砂糖 でん粉 砂糖 砂糖	788 32.9 30.5 2.7	
19	木	ごはん 牛乳 野菜かき揚げ 生姜けんちん汁 根菜のピリ辛いため	牛乳 鶏肉 生揚げ 豚肉 さつま揚げ	牛乳	にんじん しゅんざく にんじん だいこん葉 にんじん	たまねぎ ごぼう だいこん 干ししいたけ えのきたけ しょうが ねぎ ごぼう れんこん	米 小麦粉 じゃがいも こんにゃく 砂糖	油 油 油 ごま油 ごま	783 26.6 26.8 2.6	
20	金	ごはん 牛乳 厚焼き卵 肉じゃが にんじんそぼろ	牛乳 豚肉 生揚げ 鶏肉 レンズ豆	牛乳 いわし粉 にんじん	にんじん にんじん	しょうが にんにく たまねぎ 干ししいたけ しょうが 干ししいたけ	米 砂糖 じゃがいも 砂糖 砂糖	油 油 油 油 ごま	830 35.1 25.8 2.6	
24	火	ごはん 牛乳 つくねのねぎソースかけ 豆腐のくず煮 くきわかめの中華あえ	牛乳 鶏肉 豚肉 うずら卵 豆腐	牛乳 くきわかめ	にんじん にんじん	たまねぎ ねぎ 干ししいたけ たまねぎ はくさい しめじ しょうが きくらげ だいこん もやし にんにく	米 パン粉 でん粉 砂糖 でん粉	油 油 油 ごま油 ごま	809 34.8 25.9 2.6	
25	水	コッペパン 牛乳 ししゃもの唐揚げ(2尾) 煮込みうどん 生揚げのチャンプルー あんずジャム	牛乳 鶏肉 油揚げ さつま揚げ 豚肉 生揚げ 卵	脱脂粉乳 牛乳 ししゃも こんぶ いわし粉 にんじん にんじん だいこん葉	にんじん にんじん	はくさい たまねぎ ねぎ たまねぎ もやし あんず	小麦粉 米粉 砂糖 でん粉 うどん でん粉 砂糖 砂糖 水あめ 砂糖	マーガリン 油 油 油	784 34.1 33.0 3.1	
26	木	ごはん 牛乳 かまぼこの磯香天ぷら いも団子汁 ひじきの煮物	牛乳 かまぼこ 鶏肉 油揚げ さつま揚げ 大豆	牛乳 あおさ いわし粉 ひじき	にんじん こまつな にんじん	だいこん えのきたけ ごぼう はくさい ねぎ 切干しだいこん	米 小麦粉 でん粉 こんにゃく 小麦粉 じゃがいも 砂糖	油 油 油	788 27.3 24.5 2.8	
27	金	コッペパン 牛乳 鶏肉のマヨネーズ焼き さといものシチュー ごまドレッシングあえ	牛乳 鶏肉 豚肉 鶏肉 大豆	脱脂粉乳 牛乳 にんじん ブロッコリー わかめ	にんじん にんじん こまつな にんじん	たまねぎ しめじ もやし えだまめ とうもろこし しょうが	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 さといも でん粉 米粉マカロニ 米粉 砂糖	マーガリン マヨネーズ 油 バター ごま油 ごま	782 39.8 26.4 2.9	
・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。 ・主な材料名を掲載しています。食物アレルギーに関する食品は、該当者に配付している詳細な献立表でご確認ください。							基準値	平均栄養量		
							エネルギー(kcal)	800		
							たんぱく質(g)	32.6(16.3%)		
							脂質(g)	26.7(30.0%)		
							食塩相当量(g)	2.5g未満	2.9	

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	ごぼう	一	青森県
パン(小麦粉)	千葉県、北海道、埼玉県、群馬県、茨城県		だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、神奈川県
	千葉県、北海道、埼玉県、群馬県、茨城県		ねぎ	千葉県、青森県、山形県、茨城県	千葉県、茨城県
牛乳	千葉県	千葉県	きやべつ	千葉市、愛知県	愛知県
豚肉	青森県、岩手県、鹿児島県、群馬県		たまねぎ	北海道	北海道
	青森県		もやし	栃木県	栃木県
鶏肉	千葉県、岩手県	千葉県、岩手県	じゃがいも	北海道	北海道、鹿児島県、長崎県
鶏卵	千葉県	一	さつまいも	千葉県	一
にんじん	千葉市	千葉市	青ピーマン	茨城県	茨城県、宮崎県
ほうれんそう	千葉市、千葉県	千葉市、千葉県	赤ピーマン	一	高知県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	みかん	和歌山県	一
こまつな	千葉市	千葉市	りんご	長野県、青森県	一
セロリ	静岡県、愛知県	愛知県	いよかん	一	愛媛県、和歌山県
はくさい	茨城県	千葉県、茨城県	はっさく	一	広島県、愛媛県、和歌山県

2月25日(水)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16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)