

学 校 給 食 献 立 予 定 表

令和8年2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	主な材料名					栄養量	
			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	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	
			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					米 麦		801 31.9 25.6 2.8
		牛乳		牛乳					
		ハンバーグの照り焼きソースかけ	豚肉 鶏肉			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	砂糖 でん粉	油	
		もずくスープ	豚肉 豆腐	もずく	にんじん だいこん葉			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	
3	火	行事食にちなんだ献立～節分～							799 35.7 25.1 3.0
		ごはん					米		
		牛乳		牛乳 あおさ					
		いわしの青のりフライ	いわし		にんじん	ごぼう だいこん えのきたけ	パン粉 小麦粉	油	
		呉汁	鶏肉 油揚げ 大豆 豆乳		だいこん葉	ねぎ	じゃがいも	油	
		卵いため	豚肉 卵		こまつな	たまねぎ	砂糖	ごま油 油	
4	水	ごはん					米		787 36.2 23.5 2.9
		牛乳		牛乳					
		たらのレモンソースかけ	たら		にんじん にら	レモン果汁	砂糖 でん粉	油	
		辛み豆腐汁	鶏肉 大豆 生揚げ			たまねぎ	じゃがいも	油	
		のりあえ		のり	こまつな にんじん	もやし キャベツ	砂糖		
5	木	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	835 32.3 25.4 2.9
		牛乳		牛乳					
		チキンチーズ焼き	鶏肉	チーズ	赤ピーマン パセリ		パン粉 砂糖	油	
		冬野菜のカレーポトフ	鶏肉 豚肉 白いんげん豆		にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん しめじ	でん粉 じゃがいも	油	
		フルーツポンチ				ぶどう果汁 いちご果汁 みかん果汁 りんご缶	砂糖		
		チョコクリーム				水あめ 砂糖 小麦粉			
6	金	ごはん		牛乳			米		822 29.2 26.7 3.0
		牛乳			にんじん				
		春巻き				キャベツ たまねぎ	はるさめ でん粉 小麦粉 砂糖	油	
		マーボー大根	鶏肉 大豆 生揚げ		にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ たまねぎ たけのこ だいこん	砂糖 でん粉	油	
		鶏肉と野菜の黒酢いため	鶏肉		にんじん こまつな	しょうが ねぎ たまねぎ きくらげ キャベツ	砂糖 でん粉	ごま油 ごま	
9	月	ごはん		牛乳			米		793 29.9 22.6 2.8
		牛乳							
		しゅうまい（2個）	豚肉			たまねぎ しょうが	パン粉 でん粉 小麦粉		
		八宝豆腐	豚肉 うずら卵 豆腐		にんじん	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	砂糖 でん粉	油 ごま油	
		きくらげのあえもの			にんじん	だいこん はくさい きくらげ ゆず果汁	砂糖		
10	火	ココア揚げパン	きな粉	脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン 油	793 35.1 28.9 3.1
		牛乳		牛乳					
		大豆と米粉マカロニのミートソース煮	鶏肉 大豆		にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ しめじ	米粉マカロニ	油	
		スパイシージャーマンポテト	鶏肉		にんじん	にんにく たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	油	
		フルーツミックスゼリー				りんご果汁 ぶどう果汁 パインアップル果汁 もも果汁	砂糖		
12	木	キムたくごはん	豚肉 油揚げ		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	油 ごま	780 33.5 26.3 3.0
		牛乳		牛乳					
		ヤンニョムフィッシュ	たら		にんじん	しょうが にんにく もやし たけのこ 干ししいたけ	でん粉 砂糖 水あめ	油	
		チャプチェ	鶏肉		だいこん葉	砂糖 はるさめ	油		
		ヨーグルトレーズン				干しぶどう	砂糖		
13	金	ごはん		牛乳			米		812 29.5 25.0 2.4
		牛乳							
		オムレツ	卵				砂糖	油	
		チキンカレー	鶏肉 大豆		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油 みかンドレッシ ング	
		野菜とアーモンドのドレッシングあえ			にんじん	キャベツ しめじ もやし		アーモンド	
16	月	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	827 28.8 34.1 3.0
		牛乳		牛乳					
		クリスマスチキン	鶏肉				小麦粉 でん粉 砂糖	油	
		冬野菜のミネストローネ	鶏肉 豚肉 白いんげん豆 レンズ豆		にんじん トマト	にんにく セロリ たまねぎ だいこん キャベツ	でん粉 じゃがいも 砂糖	油	
		いよかん				いよかん			
		黒豆きなこクリーム	きな粉				砂糖	油	

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

・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)	830	800
たんぱく質(g)	13～20%	32.6(16.3%)
脂質(g)	20～30%	26.7(30.0%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.9

種 類	産 地		種 類	産 地	
	1 2月（実施）	2月（予定）		1 2月（実施）	2月（予定）
米	千葉市	千葉県	ごぼう	－	青森県
パン（小麦粉）	千葉県、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	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、神奈川県
			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	きゃべつ	千葉市、愛知県	愛知県
豚肉	青森県、岩手県、鹿児島県、群馬県	青森県	たまねぎ	北海道	北海道
鶏肉	千葉県、岩手県	千葉県、岩手県	もやし	栃木県	栃木県
鶏卵	千葉県	－	じゃがいも	北海道	北海道、鹿児島県、長崎県
にんじん	千葉市	千葉市	さつまいも	千葉県	－
ほうれんそう	千葉市、千葉県	千葉市、千葉県	青ピーマン	茨城県	茨城県、宮崎県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	赤ピーマン	－	高知県
こまつな	千葉市	千葉市	みかん	和歌山県	－
セロリ	静岡県、愛知県	愛知県	りんご	長野県、青森県	－
はくさい	茨城県	千葉県、茨城県	いよかん	－	愛媛県、和歌山県
			はっさく	－	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）