

学 校 給 食 献 立 予 定 表

千葉市大宮
学校給食センター

令和8年3月分

—Aコース—

☎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		792 26.3 21.1 2.5
		牛乳		牛乳					
		ツナオムレツ	卵 まぐろ			たまねぎ	砂糖	油 マヨネーズ	
		ポークカレー	豚肉		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ	じゃがいも	油	
		わかめのさっぱりあえ		わかめ	にんじん	もやし キャベツ とうもろこし しょうが	砂糖	ごま油 ごま	
3	火	ごはん					米		798 31.5 22.6 3.0
		牛乳		牛乳					
		かつおフライ	かつお			たまねぎ しょうが	パン粉 砂糖 小麦粉	油	
		さつま汁	鶏肉 油揚げ		にんじん こまつな	たまねぎ だいこん えのきたけ ねぎ	こんにゃく さつまいも		
		豚肉のしょうがいため	豚肉		にんじん	しょうが たまねぎ	砂糖	油 ごま	
4	水	卒業おめでとう献立							811 36.0 28.2 3.2
		ちらしごはん	鶏肉 油揚げ 卵		にんじん	かんぴょう 干しいたけ れんこん えだまめ	米 玄米 砂糖	油 ごま	
		牛乳		牛乳					
		鶏の唐揚げ	鶏肉			しょうが にんにく	でん粉 米粉	油	
		のりあえ		のり	にんじん こまつな	もやし キャベツ	砂糖		
		いちごのスティックケーキ	豆乳 大豆			いちご レモン果汁	米粉 砂糖	油	
5	木	ごはん					米		792 27.3 19.7 2.6
		牛乳		牛乳					
		焼き棒ぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ にんにく ねぎ しょうが	でん粉 砂糖 小麦粉	ごま油	
		韓国もち入りスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	干しいたけ もやし とうもろこし ねぎ たまねぎ	韓国もち パン粉 でん粉 砂糖	ごま油 ごま	
		ビーフンいため	豚肉		にんじん ほうれんそう	にんにく しょうが キャベツ たまねぎ	砂糖 ビーフン	ごま油	
6	金	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	804 26.2 27.4 2.7
		牛乳		牛乳					
		カレーコロッケ			にんじん	たまねぎ	じゃがいもパン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	油	
		鶏肉と白菜のクリーム煮	鶏肉 白いんげん豆	牛乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ しめじ とうもろこし はくさい	じゃがいも 米粉	油 バター	
		ナタデココポンチ				ぶどう果汁 ナタデココ	砂糖		
9	月	ごはん					米		800 30.4 26.1 2.7
		牛乳		牛乳					
		鶏つくねのあんかけ	鶏肉			たまねぎ	パン粉 砂糖 でん粉		
		豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん こまつな	たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ	こんにゃく じゃがいも	油	
		野菜のごまドレッシングあえ			ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし		ごまドレッシング	
10	火	令和7年度 中学校卒業式							
11	水	ごはん					米		794 40.2 21.3 2.9
		牛乳		牛乳					
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	砂糖		
		肉じゃが煮	豚肉 生揚げ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖	油	
		三色そばろ	鶏肉 大豆 卵			しょうが えだまめ	砂糖	油	
12	木	ごはん					米		813 31.1 27.9 3.0
		牛乳		牛乳					
		ハンバーグのオニオンソースかけ	豚肉 鶏肉			たまねぎ	砂糖 でん粉	油	
		かぶと菜の花のみそ汁	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん なばな	たまねぎ かぶ ねぎ	こんにゃく		
		野菜のコーンドレッシングあえ			ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし		コーンドレッシング	

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	
13 金	麦ごはん					米 麦		793 31.2 22.5 2.2
	牛乳		牛乳					
	メンチカツ	豚肉 鶏肉			たまねぎ	パン粉 でん粉 砂糖	油	
	すき焼き煮	豚肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ えのきたけ はくさい ねぎ	しらたき 砂糖	油	
	デコポン				デコポン			
16 月	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	803 30.6 29.3 3.4
	牛乳		牛乳					
	ししゃもの唐揚げ（2尾）		ししゃも			でん粉	油	
	カレーうどん	豚肉		にんじん こまつな	たまねぎ えのきたけ ねぎ	うどん	油	
	ごまあえ			こまつな にんじん	もやし キャベツ	砂糖	ごま	
	りんごジャム				りんご	水あめ 砂糖		
17 火	ごはん					米		823 32.4 28.2 2.6
	牛乳		牛乳					
	肉団子の甘酢あん（2個）	鶏肉			たまねぎ	パン粉 砂糖	油	
	生揚げの中華煮	豚肉 生揚げ うずら卵		にんじん こまつな	しょうが にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ	でん粉	油 ごま油	
	もやしの中華あえ			にんじん こまつな	もやし とうもろこし	砂糖	ごま油 ごま	
18 水	ごはん					米		813 29.8 32.1 2.7
	牛乳		牛乳					
	さばの竜田揚げ	さば			しょうが	でん粉	油	
	ごまみそ汁	豆腐 油揚げ		にんじん	キャベツ ごぼう だいこん ねぎ	こんにやく じゃがいも	ごま	
	ひじきの煮物	豚肉 さつま揚げ 大豆	ひじき	にんじん		砂糖	油	
19 木	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	834 35.4 31.8 3.1
	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	
	チリコンカン	豚肉 大豆 レンズ豆		にんじん トマト	にんにく セロリ たまねぎ とうもろこし	砂糖 じゃがいも 米粉	油	
	ゼリーポンチ				ぶどう果汁 みかん果汁 りんご果汁	砂糖		
	ミルククリーム	全粉乳				砂糖	油	

・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。
・いちごのスティックケーキは学配です。
・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	805
たんぱく質(g)	13～20%	31.4(15.6%)
脂質(g)	20～30%	26.0(29.1%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.8

種 類	産 地		種 類	産 地	
	1 月（実施）	3 月（予定）		1 月（実施）	3 月（予定）
米	千葉県	千葉県	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県
パン（小麦粉）	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、千葉県	ねぎ	千葉県、茨城県	千葉県
牛乳	千葉県	千葉県	きゃべつ	愛知県	愛知県
豚肉	千葉県、茨城県、静岡県、群馬県、広島県、青森県、岩手県	青森県	たまねぎ	北海道	北海道
鶏肉	岩手県	千葉県、岩手県	もやし	栃木県	栃木県
鶏卵	－	千葉県	セロリ	愛知県	愛知県
にんじん	千葉市	千葉市	じゃがいも	北海道	鹿児島県、北海道
ほうれんそう	千葉県	千葉市、千葉県	赤ピーマン	高知県	高知県
にら	千葉県、栃木県	栃木県	かぶ	－	千葉県
こまつな	千葉市	千葉市	ごぼう	千葉県	－
ピーマン	－	茨城県	みかん	静岡県、愛媛県	－
はくさい	茨城県、群馬県	茨城県	りんご	青森県	－
			いよかん	愛媛県	－
			デコポン	－	熊本県

3月25日（水）は、給食費の第9期（2月・3月分）振替日です。残高不足にならないよう確認をお願いします。引き落としができない場合、4月15日（水）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）