

学校給食献立予定表

— 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)
2月	黒糖パン 牛乳 ココア牛乳の素 オムレツのきのこソースかけ キャベツとベーコンのクリームパンネ わかめともやしの和え物	卵 ベーコン 白いんげん豆	牛乳 チーズ 生クリーム わかめ	にんじん	しめじ エリンギ たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし	黒糖パン ココア牛乳の素 マカロニ 砂糖	バター ごま	833	31.3	27.4	3.6
3火	ごはん 牛乳 いかのチリソースフライ 麻婆豆腐 フルーツ杏仁	いか 豚肉 大豆 豆腐	牛乳	にんじん にら	たまねぎ ねぎ たけのこ 黄桃缶 みかん缶 パイン缶 りんご缶	米 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 豆乳ゼリー	油 ごま油	853	32.8	23.3	2.2
4水	ごはん 牛乳 さばの文化干し 豚汁 ひじきの煮物	さば 豚肉 生揚げ さつま揚げ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	ごぼう だいこん ねぎ	米 砂糖 こんにゃく さといも	油	852	32.1	30.0	3.8
5木	🌟卒業おめでとう献立🌟 ちらしごはん 牛乳 鶏肉の唐揚げ 野菜ののりえ メープルマフィン	油揚げ 卵 鶏肉	牛乳 ちりめんじゃこ のり	にんじん さやえんどう こまつな	かんぴょう もやし 干しいたけ れんこん ごぼう 切干しだいこん	米 もち米 砂糖 でん粉 米粉 メープルマフィン	油 ごま	879	30.8	30.1	3.0
6金	カレーライス(ごはん) 牛乳 エビカツ もやしのごま酢和え	えび たら 豚肉 豆乳	牛乳	にんじん トマト こまつな	たまねぎ もやし しょうが にんにく	米 じゃがいも でん粉 パン粉 砂糖 小麦粉	油 ごま	887	31.3	26.4	3.2
9月	セルフドッグ(コッペパン ウインナーのマスタードソースかけ) 牛乳 コーンポタージュ 野菜のソテー 黒糖ピーンズ	ウインナー 鶏肉 大豆 白いんげん豆 ベーコン	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ しめじ とうもろこし もやし キャベツ	コッペパン 砂糖 でん粉 米粉 じゃがいも	油 バター	827	34.4	36.2	3.7
10火	麦ごはん 牛乳 いわしの梅煮 かきたまみそ汁 切干大根の炒め煮	いわし 鶏肉 豆腐 卵 さつま揚げ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな さやいんげん	えのきたけ たまねぎ ねぎ 梅干し 切干しだいこん	米 麦 でん粉 砂糖 こんにゃく	ごま油	792	35.7	18.9	3.5
11水	ごはん 小袋焼きのり 牛乳 さんまのピリ辛揚げ じゃがいものうま煮 デコボン	さんま 鶏肉 がんとどき	牛乳 のり	にんじん さやいんげん	たまねぎ 干しいたけ たけのこ デコボン	米 でん粉 砂糖 じゃがいも こんにゃく	油	888	30.7	29.4	2.5

令和元年度卒業式

12木											
13金	麦ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 辛み豆腐汁 れんこんのきんぴら	さわら 豚肉 大豆 豆腐 油揚げ さつま揚げ	牛乳 こんぶ	にんじん にら さやいんげん	たまねぎ キャベツ れんこん	米 麦 じゃがいも 砂糖 こんにゃく	ごま油	832	37.0	23.2	3.2
16月	セルフサンド(コッペパンズ チキンカツのソースかけ) 牛乳 ミートボールと大豆のトマト煮 清見オレンジ 青のり小魚	鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 かたくちいわし あおのり	にんじん	セロリ しめじ たまねぎ えだまめ 清見オレンジ	コッペパン じゃがいも 米粉 でん粉 パン粉 砂糖 小麦粉	油 マーガリン	791	36.1	26.3	3.2
17火	ごはん 牛乳 ししゃもの青のりフライ(2尾) のつべい汁 大豆のしぐれ煮	鶏肉 油揚げ 豆腐 大豆 豚肉	牛乳 ししゃも あおさ	にんじん こまつな	ごぼう だいこん 干しいたけ しょうが	米 さといも 小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖 こんにゃく	油	876	35.8	28.8	2.8
18水	ごはん 牛乳 焼き棒ぎょうざ ホイコーロー 野菜のナムル	豚肉 生揚げ	牛乳	にら にんじん ピーマン こまつな	にんにく エリンギ しょうが たけのこ ねぎ たまねぎ キャベツ もやし	米 小麦粉 砂糖 でん粉	油 ごま油 ごま	834	31.0	22.8	3.0
19木	🌟旬の野菜を味わおう～かぶ～🌟 ぶどうパン 牛乳 はきのタルタルソースフライ 春野菜のクリーム煮 ひじきのマリネ	ホキ 鶏肉 ベーコン 豆乳	牛乳 ひじき	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ キャベツ かぶ とうもろこし えだまめ	ぶどうパン パン粉 小麦粉 米粉 砂糖 じゃがいも	油 マヨネーズ マーガリン	836	33.0	29.6	3.5
23月	ガーリックピラフ 牛乳 スコッチエッグのトマトソースかけ コーンソテー ヨーグルト	鶏肉 ベーコン ひよこ豆 卵 ウインナー	牛乳 ヨーグルト	にんじん ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン さやいんげん	にんにく エリンギ たまねぎ えだまめ とうもろこし	米 玄米 パン粉	油 マーガリン	841	32.0	26.5	3.5

・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。

・メープルマフィン、ヨーグルトは学配です。

平均栄養量	844	33.1 (15.7%)	27.1 (28.9%)	3.2
基準量	830	13~20%	20~30%	2.5g未満

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	
	2月(実施)	3月(予定)		2月(実施)	3月(予定)
米	千葉県	千葉県	じゃがいも	北海道	北海道、鹿児島県
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	たまねぎ	北海道	北海道
牛乳	千葉県	千葉県	はくさい	茨城県、群馬県	茨城県
豚肉	群馬県、山形県、青森県、島根県	千葉県、青森県	セロリ	茨城県、愛知県	愛知県
鶏肉	千葉県、岩手県、青森県	千葉県、岩手県、青森県	青ピーマン	高知県、宮崎県	茨城県
にんじん	千葉県	千葉県	にら	千葉県、栃木県	千葉県
こまつな	千葉県	千葉県	かぶ	千葉市、千葉県	千葉県
キャベツ	愛知県	愛知県	ねぎ	千葉県、茨城県	千葉県
だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、神奈川県	りんご	秋田県、青森県	青森県
ほうれんそう	千葉県	千葉県	ぼんかん	愛媛県	—
			デコボン	—	熊本県
			清見オレンジ	—	愛媛県

※3月25日(水)は、2月分の給食費・学校徴収金の振替日です。残高の確認をお願いします。引き落としができない場合、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 245-5909)

◎給食1食分(提供食)の放射性物質検査について

本市では、市立小学校、中学校及び保育所において、平成23年度から、給食1食分(提供食)を1週間ごとにまとめて検査して参りました。その結果はすべて不検出であったことから、令和2年3月をもちまして給食1食分(提供食)の検査を終了することとしました。今回の給食だよりに掲載分以降の検査結果は、これまで同様に千葉市ホームページで公表します。なお、給食食材の放射性物質検査及び産地の公表は継続して行います。