

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)
8 木	ごはん 牛乳 ポテトコロッケ 豚肉のみそ煮 わかめの生姜和え	豚肉 生揚げ うずら卵	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	しょうが はくさい たまねぎ たけのこ 切干しだいこん	米 でん粉 じゃがいも パン粉 小麦粉 こんにやく 砂糖	油 ごま	876	30.5	26.6	3.1
9 金	テーブルロール 牛乳 スコッチエッグのトマトソースかけ クラムチャウダー いちごゼリーポンチ	鶏肉 卵 ベーコン あさり	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ とうもろこし みかん缶 黄桃缶 りんご缶 パイン缶	テーブルロール 米粉 パン粉 じゃがいも ゼリー	バター	832	30.1	27.0	3.5
12 月	🍷入学・進級おめでとう献立🍷 赤飯 ごま塩 牛乳 鶏肉の唐揚げ お祝いすまし汁 ゆず和え メープルマフィン	あずき 鶏肉 豆腐 はんぺん	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	しょうが もやし えのきたけ ねぎ 干しいたけ しめじ かんぴょう ゆず果汁	もち米 米粉 でん粉 砂糖 メープルマフィン	油 ごま	868	36.0	27.7	3.1
13 火	ごはん わかめふりかけ 牛乳 さわらの西京焼き 鶏すき焼き煮 甘夏	さわら 鶏肉 凍り豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ はくさい えのきたけ 甘夏 ねぎ	米 焼きふ 砂糖 でん粉	ごま	809	36.1	21.7	2.4
14 水	ごはん 牛乳 揚げチヂミ 白菜の中華スープ 生揚げのオイスターソース煮	鶏肉 たこ なると 豚肉 いか 生揚げ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな にら	しょうが たまねぎ とうもろこし ねぎ はくさい キャベツ 干しいたけ	米 小麦粉 米粉 でん粉 砂糖	油 ごま油 ごま	835	28.4	26.7	3.0
15 木	ごはん 牛乳 さばのおろし煮 豆乳みそ汁 春キャベツの香りและ	さば 豚肉 生揚げ 豆乳	牛乳 のり	にんじん だいこん葉 こまつな	だいこん ねぎ キャベツ もやし しょうが たまねぎ	米 さつまいも 砂糖	ごま油 ごま	852	32.7	28.2	2.9
16 金	はちみつパン 牛乳 ホキの千草焼き 白いんげん豆のブラウンシチュー ほうれん草のソテー	ホキ 豚肉 白いんげん豆 ベーコン	牛乳	にんじん トマト みつば さやいんげん ほうれん草	にんにく たまねぎ エリンギ	はちみつパン じゃがいも	マヨネーズ ごま	805	33.2	26.1	3.7
19 月	🍷春の味覚を味わう献立～清見オレンジ🍷 セルフサンド(コッペパン ハンバーグのマスタードソースかけ) 牛乳 豆乳スープ 清見オレンジ 角チーズ	豚肉 卵 ベーコン 鶏肉 豆乳	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ エリンギ キャベツ とうもろこし 清見オレンジ	コッペパン 砂糖 でん粉 パン粉	マーガリン	803	37.6	32.0	3.8
20 火	麦ごはん 昆布の手作りふりかけ 牛乳 えびかつ 豚汁	えび たら 豚肉 油揚げ いわし節	牛乳 こんぶ ちりめんじゃこ	にんじん だいこん葉	ごぼう だいこん ねぎ たまねぎ	米 麦 小麦粉 パン粉 でん粉 こんにやく さといも 砂糖	油 ごま油 ごま	838	36.2	23.4	3.5
21 水	ごはん 牛乳 かに玉の甘酢あんかけ 麻婆豆腐 大根のナムル	卵 かに 豚肉 大豆 豆腐	牛乳	にんじん にら	えのきたけ もやし しょうが たまねぎ にんにく たけのこ ねぎ とうもろこし しいたけ だいこん	米 砂糖 でん粉	ごま油 ごま 中華ドレッシング	827	32.2	22.0	3.3
22 木	甘納豆パン 牛乳 ちくわの磯香天ぷら(2本) けんちんうどん 豚肉とキャベツのみそ炒め	ちくわ 豚肉 鶏肉 なると 生揚げ 油揚げ	牛乳 あおさ	にんじん だいこん葉	だいこん ねぎ にんにく しょうが たまねぎ キャベツ	甘納豆パン さといも うどん 小麦粉 砂糖 でん粉	油 ごま油 ごま	860	33.1	32.1	3.7
23 金	チキンカレーライス(ごはん) 牛乳 いかナゲット(2個) ひじきのカラフル和え	いか たちうお 鶏肉	牛乳 ひじき	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ えだまめ とうもろこし	米 砂糖 じゃがいも 小麦粉 でん粉	油 ごま油	881	27.6	27.7	2.7
26 月	麦ごはん 牛乳 揚げ棒ぎょうざ わかめスープ ピーマンソテー	豚肉 鶏肉 豆腐 いか なると	牛乳 わかめ	にんじん にら	しょうが ねぎ たけのこ にんにく たまねぎ キャベツ	米 麦 小麦粉 でん粉 韓国もち ピーマン	油 ごま油	869	29.9	21.0	3.2
27 火	昆布ごはん 牛乳 あじの揚げ玉フライ 生揚げのたまご炒め ヨーグルト	鶏肉 大豆 油揚げ あじ 生揚げ 卵 ベーコン	牛乳 こんぶ ちりめんじゃこ ヨーグルト	にんじん ほうれん草	かんぴょう えだまめ たまねぎ	米 もち米 砂糖 パン粉 小麦粉	油	879	36.4	31.4	3.5
28 水	🍷春の味覚を味わう献立～春キャベツ🍷 プランコッペパン チョコクリーム 牛乳 ポテのミートグラタン 米粉マカロニスープ 春キャベツのコンドレッシング和え	鶏肉 豚肉 ウインナー 白いんげん豆	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー トマト	セロリ たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ もやし とうもろこし	プランコッペパン チョコクリーム じゃがいも 小麦粉 米粉マカロニ	コンドレッシング オリーブオイル	815	30.5	29.2	3.3
30 金	ごはん 牛乳 さばのカレー焼き 辛み豆腐汁 のり和え	さば 豚肉 大豆 豆腐 油揚げ	牛乳 のり	にんじん にら	たまねぎ キャベツ 切干しだいこん もやし	米 じゃがいも 砂糖	ごま油	873	35.1	32.0	3.6

・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	845	32.9 (15.6%)	27.2 (29.0%)	3.3
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・3月(実施)	4月(予定)		2・3月(実施)	4月(予定)
米	千葉県	千葉県	きゅうり	千葉県	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	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、神奈川県
牛乳	千葉県	千葉県	はくさい	茨城県、群馬県	千葉市、茨城県
豚肉	千葉県、茨城県、栃木県、群馬県、広島県、山形県	青森県	じゃがいも、たまねぎ	北海道	北海道
鶏肉	千葉県、岩手県、青森県	岩手県、青森県	赤ピーマン	高知県	高知県
にんじん	千葉県	徳島県	にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県
ねぎ	千葉県、埼玉県	千葉県、埼玉県	清見オレンジ	—	愛媛県
こまつな	千葉市	千葉市	甘夏	—	熊本県、鹿児島県
キャベツ	愛知県	愛知県	りんご	青森県	青森県
			いよかん	愛媛県	—
			デコポン	愛媛県、熊本県	—

※ 4月15日(木)は、令和2年度第9期分の給食費・学校徴収金の再振替日です。3月25日(木)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 245-5909)