

学校給食献立予定表

千葉県新港
学校給食センター
☎241-1291

令和8年5月分

—Aコース—

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)
			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		
1	金	麦ごはん 牛乳 あじのみそ揚げ玉フライ 肉じゃが こまつなの黒酢いため	あじ 豚肉 生揚げ 鶏肉	牛乳 牛乳	にんじん にんじん 赤ピーマン こまつな	しょうが たまねぎ たまねぎ ねぎ	米 麦 砂糖 パン粉 小麦粉 じゃがいも しらたき 砂糖 砂糖 でん粉	油 ごま油 ごま	845 33.2 28.6 2.3	
7	木	ごはん 牛乳 ハンバーグ和風ソースかけ いも団子汁 ごまみそあえ	豚肉 鶏肉 鶏肉 油揚げ	牛乳 牛乳	たまねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん	たまねぎ ごぼう だいこん しめじ キャベツ もやし とうもろこし	米 砂糖 でん粉 こんにやく じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 油 ごま	840 30.8 26.9 2.6	
8	金	コッペパン 牛乳 オムレットマトソースかけ クラムチャウダー ソーダゼリーポンチ	卵 鶏肉 あさり 白いんげん豆	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 生クリーム	トマト にんじん パセリ	たまねぎ たまねぎ エリンギ ぶどう果汁 レモン果汁 りんご缶 パイン缶	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 じゃがいも 米粉 砂糖	マーガリン 油 油	781 32.2 23.9 2.9	
11	月	体育祭応援献立 カツカレー (ごはん) チキンかつ 牛乳 野菜ソテー 大豆入り小魚	豚肉 鶏肉 凍り豆腐 大豆	牛乳 牛乳	にんじん トマト にんじん ほうれんそう かたくちいわし あおさ	しょうが にんにく たまねぎ たまねぎ えのきたけ とうもろこし	米 じゃがいも パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖	油 油 油 ごま	831 34.7 22.1 2.2	
12	火	ごはん 牛乳 厚焼き玉子 わかめのみそ汁 キムタクいため	卵 豆腐 油揚げ 豚肉	牛乳 牛乳	わかめ にんじん にんじん こまつな	だいこん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく はくさいキムチ たくあん漬 もやし	米 砂糖 じゃがいも 砂糖 でん粉	油 油 ごま油 ごま	816 25.7 29.8 2.8	
13	水	たけのこごはん 牛乳 ししゃもの青のりフライ (2尾) もやしのあえもの ヨーグルト	鶏肉 油揚げ ひよこ豆 ししゃも あおのり	牛乳 牛乳	にんじん にんじん	しょうが 干ししいたけ たけのこ えだまめ もやし キャベツ とうもろこし	米 玄米 砂糖 パン粉 小麦粉 砂糖	油 油 ごま油	790 31.9 29.1 2.8	
14	木	厚切り食パン 大豆チョコクリーム 牛乳 鶏肉のレモン焼き 野菜のスープ煮 肉団子のケチャップがらめ	大豆 鶏肉 生揚げ 鶏肉 豚肉	脱脂粉乳 脱脂粉乳 牛乳	にんにく にんじん にんじん 青ピーマン 赤ピーマン	しょうが レモン果汁 たまねぎ キャベツ しょうが にんにく たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 砂糖 じゃがいも 砂糖 でん粉	マーガリン 油 オリーブ油 油	811 38.4 30.4 3.3	
15	金	ごはん 牛乳 たら甘辛揚げ 豚ばら大根 野菜のしょうがあえ	たら 豚肉	牛乳 牛乳	にんじん こまつな にんじん	しょうが たまねぎ だいこん 干ししいたけ えだまめ はくさい もやし しょうが	米 でん粉 砂糖 こんにやく じゃがいも 砂糖 でん粉 砂糖	油 油 ごま油 ごま	833 30.6 25.8 2.9	
18	月	ごはん 牛乳 春巻き 豆腐のうま煮 ナムル	豚肉 豚肉 えび いか ほたて なると 豆腐	牛乳 牛乳	にんじん にんじん にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが しょうが たまねぎ 干ししいたけ えだまめ キャベツ もやし にんにく	米 小麦粉 でん粉 はるさめ 米粉 砂糖 でん粉 砂糖	油 油 ごま油 ごま	801 31.9 23.6 2.9	
19	火	ごはん 牛乳 さけフライ 白玉汁 にんじんの玉子いため	さけ 鶏肉 油揚げ 卵	牛乳 牛乳	にんじん こまつな にんじん	たまねぎ だいこん えのきたけ ねぎ たまねぎ	米 パン粉 小麦粉 もち じゃがいも	油 油 油	822 32.1 24.6 1.8	

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			
20	水	セルフサンド コッペパン背割り ウインナー ケチャップ&マスタード 牛乳 ブラウンシチュー 海そうのあえもの	ウインナー 鶏肉 赤いんげん豆 大豆 豆乳	脱脂粉乳 牛乳 海そうミックス	 にんじん トマト にんじん こまつな	 にんにく たまねぎ マッシュルーム もやし とうもろこし	小麦粉 米粉 砂糖 じゃがいも こんにゃく 砂糖	マーガリン 油	790 35.0 33.0 3.5	
21	木	高菜とじゃこのチャーハン 牛乳 つくね もずくのチャプチェ はちみつレモンゼリー	ひよこ豆 卵 鶏肉 鶏肉	ちりめんじゃこ 牛乳 もずく	たかな漬 にんじん にんじん	えだまめ たまねぎ にんにく たまねぎ えのきたけ レモン果汁	米 玄米 砂糖 パン粉 砂糖 でん粉 砂糖 はちみつ 水あめ	ごま油 ごま油 ごま	810 30.0 25.7 3.0	
22	金	旬の味覚を味わう献立~かつお~								
		コッペパン 牛乳 かつおコロケ ミートボールのトマト煮 フレンチドレッシングあえ	 かつお ベーコン 鶏肉 豚肉 白いんげん豆	脱脂粉乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	 にんじん トマト こまつな にんじん	 たまねぎ たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり とうもろこし	小麦粉 米粉 砂糖 じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 マヨネーズ 油 オリーブ油 油	792 27.1 29.0 3.2	
25	月	ごはん 牛乳 かき揚げのつゆかけ 辛み豆腐汁 親子煮	 豚肉 油揚げ 豆腐 大豆 鶏肉 卵	牛乳 牛乳	 にんじん しゅんぎく にんじん いら にんじん こまつな	 たまねぎ ごぼう えのきたけ キャベツ たまねぎ 干しいたけ	米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 砂糖	 油 油 油	824 33.9 29.0 2.5	
26	火	甘納豆パン 牛乳 豆乳クリームパンネ さわらのガーリックステーキ 枝豆のマリネ	甘納豆 鶏肉 豚肉 豆乳 さわら ひじき	脱脂粉乳 牛乳 脱脂粉乳 牛乳	 にんじん ほうれんそう にんじん にんじん	 にんにく たまねぎ しめじ エリンギ キャベツ にんにく たまねぎ えだまめ とうもろこし	小麦粉 米粉 砂糖 マカロニ でん粉 砂糖	マーガリン 油 大豆マーガリン オリーブ油 ごま油 ごま	796 38.9 27.2 3.0	
27	水	轟町中学校職場体験献立								
		ごはん 牛乳 とんかつのごまソースかけ たけのこのみそ汁 じゃがいもときのこのソテー	 豚肉 豆腐 油揚げ 鶏肉	 牛乳 わかめ 牛乳	 にんじん こまつな 赤ピーマン	 たけのこ キャベツ ねぎ にんにく たまねぎ エリンギ しめじ	米 砂糖 パン粉 でん粉 じゃがいも	 油 ごま 油	827 31.1 28.2 2.5	
28	木	厚切り食パン りんごジャム 牛乳 コーングラタン 米粉マカロニのスープ 野菜のツナマヨいため	 ウインナー まぐろ	脱脂粉乳 牛乳 チーズ 牛乳 牛乳	 にんじん パセリ にんじん こまつな	 りんご たまねぎ とうもろこし たまねぎ キャベツ たまねぎ とうもろこし	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 水あめ マカロニ 小麦粉 じゃがいも 米粉マカロニ	マーガリン バター 油 マヨネーズ	782 26.8 26.0 2.8	
29	金	幸町第一中学校職場体験献立								
		ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン 中華風コーンスープ 河内晩柑	 鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	 牛乳 牛乳 牛乳	 にんじん ブロッコリー こまつな	 にんにく しょうが たまねぎ エリンギ とうもろこし かわちばんかん	米 でん粉 米粉 砂糖 水あめ 米粉	 油 ごま ごま油	791 35.7 24.2 1.7	

・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。
・ヨーグルト、はちみつレモンゼリーは学配です。
・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	810
たんぱく質(g)	13~20%	32.2(15.9%)
脂質(g)	20~30%	27.1(30.1%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.7

種 類	産 地		種 類	産 地	
	3月(実施)	5月(予定)		3月(実施)	5月(予定)
米	千葉県	千葉県	だいこん	千葉県、神奈川県	千葉県、青森県
パン(小麦粉)	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県、北海道	ねぎ	千葉県、茨城県、埼玉県	千葉県、茨城県
牛乳	千葉県	千葉県	キャベツ	愛知県	千葉県、神奈川県、愛知県、茨城県
豚肉	千葉県、栃木県、岩手県、青森県	青森県	たまねぎ	北海道	千葉県、佐賀県、北海道
鶏肉	千葉県、岩手県	岩手県	もやし	栃木県	栃木県
鶏卵	千葉県	千葉県	セロリ	千葉県、愛知県、茨城県	静岡県
にんじん	千葉市	千葉市、千葉県、徳島県	じゃがいも	北海道	長崎県、鹿児島県
ほうれんそう	千葉県、茨城県	千葉県	かぶ	千葉県	千葉県
いら	栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	ごぼう	—	長崎県
こまつな	千葉市	千葉市	はくさい	茨城県	千葉県、茨城県、群馬県、長野県
青ピーマン	茨城県	茨城県	きゅうり	—	千葉県、茨城県、群馬県
赤ピーマン	—	高知県	デコポン	熊本県	—
			しらぬひ	熊本県	—