

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

— B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			脂質(g)	食塩相当量(g)			
1	金	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	781	32.2	23.9	2.9			
		牛乳		牛乳											
		オムレツトマトソースかけ	卵		トマト	たまねぎ	砂糖	油							
		クラムチャウダー	鶏肉 あさり 白いんげん豆	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ	じゃがいも 米粉	油							
		ソーダゼリーポンチ				ぶどう果汁 レモン果汁 りんご缶 パイン缶	砂糖								
7	木	体育祭応援献立										831	34.7	22.1	2.2
		カツカレー (ごはん)	豚肉		にんじん トマト	しょうが にんにく たまねぎ	米 じゃがいも	油							
		チキンかつ	鶏肉				パン粉 小麦粉	油							
		牛乳		牛乳											
		野菜ソテー	凍り豆腐		にんじん ほうれんそう	たまねぎ えのきたけ とうもろこし	でん粉	油							
大豆入り小魚	大豆	かたくちいわし あおさ			砂糖	ごま									
8	金	麦ごはん					米 麦		845	33.2	28.6	2.3			
		牛乳		牛乳											
		あじのみそ揚げ玉フライ	あじ				砂糖 パン粉 小麦粉	油							
		肉じゃが	豚肉 生揚げ		にんじん	しょうが たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖								
こまつなの黒酢いため	鶏肉		にんじん 赤ピーマン こまつな	たまねぎ ねぎ	砂糖 でん粉	ごま油 ごま									
11	月	ごはん					米		840	30.8	26.9	2.6			
		牛乳		牛乳											
		ハンバーグ和風ソースかけ	豚肉 鶏肉			たまねぎ	砂糖 でん粉	油							
		いも団子汁	鶏肉 油揚げ		にんじん ほうれんそう	ごぼう だいこん しめじ	こんにゃく じゃがいも 小麦粉	油							
ごまみそあえ			こまつな にんじん	キャベツ もやし とうもろこし	砂糖	ごま									
12	火	たけのこごはん	鶏肉 油揚げ ひよこ豆		にんじん	しょうが 干しいたけ たけのこ えだまめ	米 玄米 砂糖	油	790	31.9	29.1	2.8			
		牛乳		牛乳											
		ししゃもの青のりフライ (2尾)		ししゃも あおのり			パン粉 小麦粉	油							
		もやしのあえもの			にんじん	もやし キャベツ とうもろこし	砂糖	ごま油							
		ヨーグルト		ヨーグルト			砂糖								
13	水	ごはん					米		816	25.7	29.8	2.8			
		牛乳		牛乳											
		厚焼き玉子	卵				砂糖	油							
		わかめのみそ汁	豆腐 油揚げ	わかめ	にんじん	だいこん たまねぎ ねぎ	じゃがいも								
キムタクいため	豚肉		にんじん こまつな	しょうが にんにく はくさいキムチ たくあん漬 もやし	砂糖 でん粉	ごま油 ごま									
14	木	ごはん					米		833	30.6	25.8	2.9			
		牛乳		牛乳											
		たら甘辛揚げ	たら				でん粉 砂糖	油							
		豚ばら大根	豚肉		にんじん	しょうが たまねぎ だいこん 干しいたけ えだまめ	こんにゃく じゃがいも 砂糖 でん粉								
野菜のしょうがあえ			こまつな にんじん	はくさい もやし しょうが	砂糖	ごま油 ごま									
15	金	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	811	38.4	30.4	3.3			
		大豆チョコクリーム	大豆	脱脂粉乳			砂糖	油							
		牛乳		牛乳											
		鶏肉のレモン焼き	鶏肉			にんにく レモン果汁	砂糖								
		野菜のスープ煮	生揚げ		にんじん	たまねぎ キャベツ	じゃがいも	オリーブ油							
肉団子のケチャップがらめ	鶏肉 豚肉		にんじん 青ピーマン 赤ピーマン	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	砂糖 でん粉	油									
18	月	ごはん					米		824	33.9	29.0	2.5			
		牛乳		牛乳											
		かき揚げのつゆかけ			にんじん しゅんぎく	たまねぎ ごぼう	小麦粉 砂糖	油							
		辛み豆腐汁	豚肉 油揚げ 豆腐 大豆		にんじん なら	えのきたけ キャベツ		油							
親子煮	鶏肉 卵		にんじん こまつな	たまねぎ 干しいたけ	じゃがいも 砂糖	油									
19	火	甘納豆パン	甘納豆	脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	796	38.9	27.2	3.0			
		牛乳		牛乳											
		豆乳クリームパンネ	鶏肉 豚肉 豆乳		にんじん ほうれんそう	にんにく たまねぎ しめじ エリンギ キャベツ	マカロニ でん粉	油 大豆マーガリン							
		さわらのガーリックステーキ	さわら			にんにく たまねぎ		オリーブ油							
		枝豆のマリネ		ひじき	にんじん	えだまめ とうもろこし	砂糖	ごま油 ごま							

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		
20 水	轟町中学校職場体験献立								
	ごはん					米		827 31.1 28.2 2.5	
	牛乳		牛乳						
	とんかつのごまソースかけ	豚肉				砂糖 パン粉 でん粉	油 ごま		
	たけのこのみそ汁	豆腐 油揚げ	わかめ	にんじん こまつな	たけのこ キャベツ ねぎ				
じゃがいもときのこのソテー	鶏肉		赤ピーマン	にんにく たまねぎ エリンギ しめじ	じゃがいも	油			
21 木	旬の味覚を味わう献立~かつお~								
	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	792 27.1 29.0 3.2	
	牛乳		牛乳						
	かつおコロケ	かつお			たまねぎ	じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉	油 マヨネーズ		
	ミートボールのトマト煮	ベーコン 鶏肉 豚肉 白いんげん豆		にんじん トマト こまつな	たまねぎ エリンギ	砂糖 でん粉 じゃがいも	油		
フレンチドレッシングあえ			にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	オリーブ油 油			
22 金	高菜とじゃこのチャーハン	ひよこ豆 卵	ちりめんじゃこ	たかな漬 にんじん	えだまめ	米 玄米 砂糖	ごま油	810 30.0 25.7 3.0	
	牛乳		牛乳						
	つくね	鶏肉			たまねぎ	パン粉 砂糖 でん粉			
	もずくのチャプチェ	鶏肉	もずく	にんじん	にんにく たまねぎ えのきたけ	砂糖	ごま油 ごま		
	はちみつレモンゼリー				レモン果汁	はちみつ 水あめ			
25 月	ごはん					米		801 31.9 23.6 2.9	
	牛乳		牛乳						
	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 でん粉 はるさめ 米粉	油		
	豆腐のうま煮	豚肉 えび いか ほたて なた豆 豆腐		にんじん	しょうが たまねぎ 干しいたけ えだまめ	砂糖 でん粉	油		
ナムル			にんじん	キャベツ もやし にんにく	砂糖	ごま油 ごま			
26 火	ごはん					米		822 32.1 24.6 1.8	
	牛乳		牛乳						
	さけフライ	さけ				パン粉 小麦粉	油		
	白玉汁	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	もち	油		
にんじんの玉子いため	卵		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油			
27 水	セルフサンド		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	790 35.0 33.0 3.5	
	コッペパン背割り								
	ウインナー	ウインナー							
	ケチャップ&マスタード								
	牛乳		牛乳						
	ブラウンシチュー	鶏肉 赤いんげん豆 大豆 豆乳		にんじん トマト	にんにく たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも			
海そうのあえもの		海そうミックス	にんじん こまつな	もやし とうもろこし	こんにゃく 砂糖	油			
28 木	幸町第一中学校職場体験献立								
	ごはん					米		791 35.7 24.2 1.7	
	牛乳		牛乳						
	ヤンニョムチキン	鶏肉			にんにく しょうが	でん粉 米粉 砂糖 水あめ	油 ごま		
中華風コーンスープ	ベーコン 白いんげん豆	牛乳	にんじん ブロッコリー こまつな	たまねぎ エリンギ とうもろこし	米粉	ごま油			
河内晩柑				かわちばんかん					
29 金	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	782 26.8 26.0 2.8	
	りんごジャム				りんご	砂糖 水あめ			
	牛乳		牛乳						
	コーングラタン		チーズ 牛乳		たまねぎ とうもろこし	マカロニ 小麦粉	バター 油		
	米粉マカロニのスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	じゃがいも 米粉マカロニ			
	野菜のツナマヨいため	まぐろ		にんじん こまつな	たまねぎ とうもろこし		マヨネーズ		

・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
にら	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	—