

学校給食献立予定表

千葉市新港
学校給食センター
☎241-1291

令和8年3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) 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	麻婆豆腐丼（麦ごはん）	豚肉 大豆 豆腐		にんじん にら	しょうが にんにく たまねぎ 干ししいたけ ねぎ	米 麦 砂糖 でん粉	ごま油 油	792 32.4 19.0 3.1
		牛乳		牛乳					
		たけのこしゅうまい（2個）	たら			キャベツ たけのこ	小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖		
		キャベツとくきわかめの中華あえ		くきわかめ	こまつな にんじん	キャベツ もやし にんにく	砂糖	ごま油 ごま	
3	火	ごはん					米		828 29.8 29.3 2.5
		牛乳		牛乳					
		さばの竜田揚げ	さば			しょうが	でん粉	油	
		白玉汁	鶏肉 油揚げ		にんじん だいこん葉	だいこん しめじ ねぎ	こんにゃく もち		
		なめたけあえ			こまつな にんじん なばな	はくさい えのきたけ	砂糖		
4	水	麦ごはん					米 麦		808 30.0 24.7 2.6
		牛乳		牛乳					
		いかのチリソースフライ	いか			たまねぎ ねぎ にんにく しょうが	小麦粉 でん粉 砂糖 パン粉	油	
		ほうれんそうと卵のスープ	鶏肉 豆腐 卵		にんじん ほうれんそう	しょうが たまねぎ たけのこ きくらげ もやし	でん粉	ごま油	
		肉団子の甘酢いため	鶏肉 豚肉		にんじん 青ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ れんこん しめじ	砂糖 でん粉	油	
5	木	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	798 34.4 31.1 3.0
		チョコクリーム					水あめ 砂糖 小麦粉		
		牛乳		牛乳					
		ハンバーグマスタードソースかけ	豚肉 鶏肉			たまねぎ	砂糖 でん粉	油	
		野菜スープ	鶏肉 白いんげん豆		にんじん	セロリ にんにく たまねぎ だいこん えのきたけ はくさい		油	
		ジャーマンポテト	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ えだまめ	じゃがいも	油	
6	金	卒業おめでとう献立							826 30.7 32.0 3.1
		ちらしごはん	鶏肉 油揚げ 卵 かまぼこ	ちりめんじゃこ	にんじん	干ししいたけ れんこん えだまめ	米 もち米 砂糖	油	
		牛乳		牛乳					
		からあげ	鶏肉		パプリカ	しょうが	でん粉 米粉	油	
		のりあえ		のり	こまつな	キャベツ もやし とうもろこし	砂糖		
		豆乳プリンタルト	豆乳 大豆				砂糖 米粉	油	
9	月	ごはん					米		793 37.5 25.8 2.2
		にんじんそばろ	鶏肉		にんじん	しょうが えだまめ	砂糖		
		牛乳		牛乳					
		さわらの西京焼き	さわら				砂糖		
		キャベツたっぷりごま豚汁	豚肉 油揚げ 豆腐		にんじん だいこん葉	ごぼう だいこん キャベツ	こんにゃく じゃがいも	ごま油 ごま	
10	火	令和7年度 中学校卒業式							
11	水	旬の味覚を味わう献立～デコポン～							818 30.8 29.4 3.2
		厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	
		はちみつ&マーガリン					はちみつ	マーガリン	
		牛乳		牛乳					
		えびかつ	えび たら			たまねぎ	でん粉 パン粉 小麦粉	油	
		米粉マカロニスープ	鶏肉 豚肉 白いんげん豆		にんじん パセリ ほうれんそう	にんにく たまねぎ キャベツ	じゃがいも でん粉 米粉マカロニ	油	
		デコポン				デコポン			
12	木	カレー（ごはん）	豚肉 白いんげん豆		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	843 31.4 21.6 2.6
		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	
		カラフルあえ		ひじき	にんじん	えだまめ もやし とうもろこし	砂糖	ごま油 ごま	
		発酵乳		脱脂粉乳			砂糖		
13	金	ごはん					米		832 31.9 24.9 2.0
		牛乳		牛乳					
		メンチカツ	豚肉 鶏肉			たまねぎ	パン粉 でん粉	油	
		かぶと鶏団子のなもの	鶏肉 ちくわ		にんじん こまつな かぶ葉	だいこん たまねぎ しめじ えのきたけ かぶ	砂糖 こんにゃく じゃがいも でん粉 パン粉	ごま	
		まっちゃんのりんかけ	大豆				砂糖		

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	
16	月	チャーハン	豚肉 卵		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	米 玄米	油	780 26.2 28.5 2.4
		牛乳		牛乳					
		ぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ しょうが にんにく ねぎ	小麦粉 でん粉	ごま油	
		ナムル			にんじん ほうれんそう	もやし とうもろこし にんにく	砂糖	ごま油 ごま	
		ヨーグルト		ヨーグルト			砂糖		
17	火	ごはん					米		798 30.5 25.8 2.5
		牛乳		牛乳					
		肉団子のみそだれ（2個）	鶏肉 豚肉			たまねぎ しょうが	パン粉 砂糖	ごま	
		辛み豆腐汁	鶏肉 油揚げ 豆腐 大豆		にんじん にら	えのきたけ キャベツ		油	
		じゃがピー豚バラ	豚肉 かつお節		にんじん 青ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ	じゃがいも		
18	水	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 砂糖	マーガリン	820 29.9 31.6 3.1
		ミルククリーム		全粉乳			砂糖	油	
		牛乳		牛乳					
		山菜鶏うどん	鶏肉 なると 油揚げ		にんじん こまつな みずな	たまねぎ 山うど たけのこ わらび えのきたけ なめこ	砂糖 うどん パン粉 でん粉		
		ひよこ豆のガーリック揚げ	ひよこ豆			にんにく	でん粉	油	
		かいそうあえ		わかめ	にんじん	キャベツ もやし たまねぎ		塩ドレッシング	
19	木	ごはん					米		797 31.0 26.3 2.6
		こんぶふりかけ	かつお節	こんぶ	だいこん葉		砂糖	ごま油 ごま	
		牛乳		牛乳					
		つくねの香味ソースかけ	鶏肉			たまねぎ しょうが にんにく ねぎ	パン粉 砂糖 でん粉		
		だいこんのみそ汁	鶏肉 油揚げ 豆腐	いわし粉	にんじん	だいこん たまねぎ 切干しだいこん ねぎ	さといも		

- ・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。
 - ・豆乳プリンタルト、発酵乳、ヨーグルトは学配です。
 - ・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%	31.3(15.5%)
脂質(g)	20～30%	26.9(29.9%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.7

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	－
チンゲンサイ	千葉県	－	いよかん	愛媛県	－
			デコポン	－	熊本県
			しらぬひ	－	熊本県、愛媛県、和歌山県

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）