

# 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7年2月分

— A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)	
3月	節分にちなんだ献立 ごはん 牛乳 心わしの青のりフライ かきたま汁 大豆の五目煮	豚肉 鶏肉 卵 いわし かまぼこ 大豆	牛乳 こんぶ あおのり	にんじん ほうれんそう さやいんげん	たまねぎ えのきたけ とうもろこし れんこん	米 小麦粉 パン粉 じゃがいも でん粉 こんにゃく 砂糖	油	811	35.8	23.8	1.9	
4火	リクエストメニューの日 チキンライス 牛乳 コーングラタン みかんゼリーポンチ (リクエスト)	鶏肉 ひよこ豆 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト	たまねぎ えだまめ マッシュルーム レモン果汁 りんご缶 パイン缶 黄桃缶 夏みかん缶	米 玄米 砂糖 小麦粉 ゼリー マカロニ	油 バター	790	27.0	24.7	2.5	
5水	麦ごはん 牛乳 鶏つくね 豚汁 細切昆布のピリ辛炒め	豚肉 焼き豆腐 さつま揚げ かつお節 鶏肉	牛乳 こんぶ	にんじん ごまつな さやいんげん	だいこん 干ししいたけ	米 麦 砂糖 さといも しらたき パン粉 こんにゃく でん粉	油 ごま	795	34.4	22.5	2.6	
6木	ごはん 牛乳 ししゃもの香味たれかけ (2尾) すき焼き煮 里芋のそぼろあんかけ	豚肉 鶏肉 焼き豆腐	牛乳 ししゃも	にんじん	たまねぎ えのきたけ しょうが えだまめ はくさい	米 さといも 砂糖 じゃがいも でん粉 油ふ	油 ごま油	840	35.2	27.0	2.9	
7金	黒糖パン 牛乳 ごま味噌坦々麺 ぎょうざ シャキシャキ和え ヨーグルト	豚肉 鶏肉 豆腐 大豆	牛乳 ひじき ヨーグルト	にんじん ごまつな にら	しょうが ねぎ れんこん とうもろこし	黒糖パン 中華めん 小麦粉 砂糖 でん粉	油 ごま油	786	34.8	22.3	3.2	
10火	ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグのトマトソースかけ ABCスープ フライドポテト チョコプリン	豚肉 鶏肉 ウィンナー なると 豆腐	牛乳	にんじん ごまつな	たまねぎ しめじ とうもろこし	米 マカロニ 砂糖 小麦粉 じゃがいも 小麦粉 チョコプリン	油	833	29.0	21.7	2.3	
12水	ビビンバ丼 (ごはん ビビンバの具 ほうれん草のナムル) 牛乳 わかめスープ	豚肉 鶏肉 豆腐 卵	牛乳 わかめ	にんじん ごまつな みずな ほうれん草 菜にんにく	にんにく ねぎ もやし わらび えのきたけ かんぴょう しょうが 切干しだいこん やまうど なめこ たけのこ	米 砂糖 パン粉 韓国もち	油 ごま油	793	36.2	19.2	3.3	
13木	都市アイデンティティ学校給食レシコンテストメニュー コッペパン 牛乳 鶏肉のバジル焼き 肉団子の豆乳クリーム煮 ジェルマカロニのボンゴレ	豚肉 鶏肉 豆腐 大豆 あさり 白いんげん豆	牛乳	にんじん パセリ バジル	たまねぎ しめじ とうもろこし にんにく レモン果汁	コッペパン 砂糖 米粉 じゃがいも マカロニ でん粉	油	835	39.1	29.1	3.3	
14金	ごはん 牛乳 春巻き 生揚げの中華煮 アーモンド和え	豚肉 なるとう すずら卵 生揚げ	牛乳	にんじん ごまつな さやいんげん	しょうが にんにく 干ししいたけ たまねぎ もやし キャベツ 切干しだいこん たけのこ はくさい えだまめ	米 砂糖 小麦粉 でん粉 はるさめ	油 ごま油 アーモンド	863	31.5	29.8	2.5	
17月	チキンカレー (ごはん) 牛乳 オムレツ キャベツのオニオンドレッシング和え	鶏肉 白いんげん豆 卵	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	しょうが たまねぎ とうもろこし	米 じゃがいも 砂糖	油	841	29.8	23.9	2.5	
18火	山草草中学校職場体験献立 麦ごはん 牛乳 チキンカツソースかけ 豚肉と野菜のキムチ煮 海そうのドレッシング和え 味付き小魚 (カレー味)	豚肉 鶏肉 生揚げ	牛乳 かたくちいわし 海そうミックス	にんじん ごまつな にら	もやし しょうが だいにん 是くさい えのきたけ	とうもろこし にんにく ねぎ はくさいキムチ	米 麦 小麦粉 小麦粉 パン粉 しらたき 砂糖	油 ごま油 ナムルドレッシング	823	40.3	24.1	2.6
19水	日本の郷土料理を味わおう～熊本県～ びりめし (熊本県) 牛乳 さばのみそ煮 豚肉と大根の炒め物 角チーズ	豚肉 鶏肉 大豆 焼き豆腐 油揚げ さば	牛乳 チーズ	にんじん ごまつな	干ししいたけ かんぴょう だいこん	ごぼう えだまめ しょうが	米 もち米 砂糖 でん粉 こんにゃく	油 ごま	808	39.6	30.5	2.5
20木	ごはん 牛乳 五目玉子焼き 筑前煮 大豆のシャリシャリ揚げ	鶏肉 卵 大豆 さつま揚げ ちくわ	牛乳 ちりめんじゃこ あおさ	にんじん さやいんげん ほうれんそう	ごぼう れんこん たまねぎ	米 砂糖 さといも こんにゃく でん粉	油	811	33.9	24.8	2.8	
21金	厚切り食パン 大豆きなこクリーム 牛乳 肉団子のケチャップ炒め かぶのシチュー デコボン	豚肉 鶏肉 白いんげん豆	牛乳 生クリーム	にんじん かぶ ブロッコリー 赤ピーマン 青ピーマン	たまねぎ とうもろこし たけのこ マッシュルーム しょうが にんにく	食パン 砂糖 でん粉 米粉 じゃがいも	油 大豆きなこクリーム バター	823	31.6	31.0	2.7	
25火	まごわやさしい献立 ごはん 牛乳 かまぼこのチーズ天ぷら 高野豆腐の五目煮 のりごま和え	鶏肉 かまぼこ すずら卵 凍り豆腐	牛乳 のり チーズ あおさ	にんじん ごまつな	たまねぎ えだまめ キャベツ	米 砂糖 じゃがいも でん粉 小麦粉 こんにゃく	油 ごま	836	34.1	27.6	2.4	
26水	ごはん 牛乳 いかのチリソースフライ 白菜の中華スープ 豆腐と豚肉のオイスターソース炒め	豚肉 鶏肉 いか 焼き豆腐	牛乳	にんじん チンゲンサイ ごまつな	しょうが たまねぎ きくらげ ねぎ	米 小麦粉 パン粉 じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 ごま油	792	34.8	24.2	2.8	
27木	ごはん 牛乳 あじのねぎみそ焼き 塩ちゃんこ ひじきのゆず和え ミニアセロラゼリー	鶏肉 あじ 豆腐	牛乳 ひじき	にんじん ごまつな	しめじ にんにく キャベツ ねぎ	切干しだいこん たまねぎ とうもろこし ゆず果皮 ゆず果汁	米 砂糖 パン粉 はるさめ でん粉 ゼリー	油 ごま油	811	37.4	23.2	2.2
28金	セルフサンド (薄切り食パン メンチカツ) 牛乳 米粉マカロニのミネストローネ じゃがいものカレー煮	豚肉 鶏肉 白いんげん豆 大豆	牛乳	にんじん さやいんげん パセリ トマト	にんにく エリンギ たまねぎ	セロリ キャベツ	食パン 小麦粉 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖 でん粉	油	853	36.5	28.1	3.0
								平均栄養量	819	34.5 (16.8%)	25.4 (27.9%)	2.7
								基準値	830	13～20%	20～30%	2.5g未満

・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、チョコプリンは学配です。

種類	産地		種類	産地	
	12月 (実施)	2月 (予定)		12月 (実施)	2月 (予定)
米	千葉市	千葉県	チンゲンサイ	—	茨城県
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	千葉県、神奈川県
牛乳	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉県、青森県	千葉県
豚肉	千葉県、岩手県、秋田県	青森県	きゃべつ	千葉県	愛知県
鶏肉	千葉県、埼玉県、岩手県、青森県	岩手県、青森県	たまねぎ	北海道	北海道
鶏卵	千葉県	千葉県	もやし	栃木県	栃木県
にんじん	千葉県	千葉県	パセリ	—	千葉県
ほうれんそう	千葉県	千葉県	じゃがいも	北海道	北海道、長崎県、鹿児島県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県	さつまいも	千葉県	—
ごまつな	千葉県	千葉県	みかん	愛媛県、熊本県	—
ピーマン	茨城県、宮崎県	茨城県、宮崎県	りんご	山形県	—
はくさい	茨城県	茨城県	いよかん	—	愛媛県
			デコボン	—	熊本県
			しらぬひ	—	愛媛県、和歌山県、熊本県

給食で使用している主な食材の産地をお知らせします。



2月25日 (火) は、給食費等の第8期振替日です。残高の確認をお願いします。引き落としができない場合、3月17日 (月) 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)