

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

— 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)	
3月	🍷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 りんご パイン缶	とうもろこし レモン果汁 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
4火	🍷節分にちなんだ献立🍷 ごはん 牛乳 い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 とうもろこし	えのきたけ れんこん	米 パン粉 小麦粉 じゃがいも でん粉 こんにゃく 砂糖	油	811	35.8	23.8	1.9
5水	🍷千草台中学校職場体験献立🍷 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 だいこん 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 小麦粉 パン粉 小麥粉 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
6木	黒糖パン 牛乳 ごま味噌畑々麺 きょうざ シャキシャキ和え ヨーグルト	豚肉 鶏肉 豆腐	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	にんにく えのきたけ もやし キャベツ	黒糖パン 中華めん 小麦粉 砂糖 でん粉	ごま油 ごま	786	34.8	22.3	3.2
7金	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	干しいたけ ねぎ にんにく はくさい	米 さといも 砂糖 しらたき でん粉 油ふ	油 ごま油	840	35.2	27.0	2.9
10火	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 ほうれんそう 茎にんにく	にんにく ねぎ もやし えのきたけ かんぴょう	しょうが 切干しいたけ なめこ	米 砂糖 小麦粉 韓国もち	油 ごま油	793	36.2	19.2	3.3
12水	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 豆腐	牛乳	にんじん ごまつな	たまねぎ とうもろこし	しめじ	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
13木	ごはん 牛乳 春巻き 生揚げの中華煮 アーモンド和え	豚肉 なたと うずら卵 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 干しいたけ キャベツ たけのこ	きくらげ たまねぎ 切干しいたけ 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
14金	🍷都市アインデ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 シェルマカロニのボンゴレ	豚肉 鶏肉 豆腐 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 とうもろこし にんにく	しめじ えだまめ 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
17月	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	にんにく しめじ はくさい とうもろこし	米 小麦粉 小麦粉 パン粉 小麦粉 砂糖	ごま油 油	792	34.8	24.2	2.8
18火	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 干しいたけ	たまねぎ	米 小麦粉 砂糖 さといも パン粉 こんにゃく でん粉	油 ごま	795	34.4	22.5	2.6
19水	🍷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 うずら卵 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	干しいたけ もやし とうもろこし	米 砂糖 小麦粉 じゃがいも でん粉 こんにゃく	油 ごま	836	34.1	27.6	2.4
20木	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 プロッコリー 赤ピーマン 青ピーマン	たまねぎ かぶ マッシュルーム デコボン	とうもろこし たけのこ しょうが にんにく	食パン 砂糖 米粉 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
21金	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	干しいたけ だいこん	米 砂糖 さといも こんにゃく でん粉	油	811	33.9	24.8	2.8
25火	🍷日本の郷土料理を味わおう～熊本県～🍷 びりめんめし (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
26水	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 プロッコリー	しょうが たまねぎ とうもろこし	にんにく キャベツ 切干しいたけ	米 じゃがいも 砂糖	油	841	29.8	23.9	2.5
27木	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
28金	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 はくさい キャベツ ねぎ	にんにく 切干しいたけ たまねぎ とうもろこし ゆず果汁	米 砂糖 小麦粉 はるさめ でん粉 ゼリー	油 ごま油	811	37.4	23.2	2.2
								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	千葉県	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
	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉県、青森県	千葉県
牛乳	千葉県	千葉県	きゃべつ	千葉県	愛知県
豚肉	千葉県、岩手県、秋田県	青森県	たまねぎ	北海道	北海道
	青森県、北海道	北海道	もやし	栃木県	栃木県
鶏肉	千葉県、埼玉県、岩手県、青森県	岩手県、青森県	パセリ	—	千葉県
鶏卵	千葉県	千葉県	じゃがいも	北海道	北海道、長崎県、鹿児島県
にんじん	千葉県	千葉県	さつまいも	千葉県	—
ほうれんそう	千葉県	千葉県	みかん	—	愛媛県、熊本県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、栃木県	りんご	山形県	—
ごまつな	千葉県	千葉県	いよかん	—	愛媛県
ピーマン	茨城県、宮崎県	茨城県、宮崎県	デコボン	—	熊本県
はくさい	茨城県	茨城県	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)