

# 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3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	🍩 リクエストメニューの日 🍩 きな粉揚げパン(リクエスト) 牛乳 ペンネアラビアータ カラフル和え ヨーグルト	きな粉 ウインナー 白いんげん豆 鶏肉 豚肉	牛乳 ヨーグルト ひじき	にんじん トマト ほうれんそう	たまねぎ マッシュルーム えだまめ キャベツ とうもろこし もやし にんにく	コッペパン 砂糖 マカロニ でん粉	油	754	28.6	24.4	2.4
4火	ごはん にんじんそぼろ 牛乳 つくね ごまみそ汁	さつまいも揚げ 豚肉 レンズ豆 鶏肉	牛乳 いわし粉	にんじん	だいこん しめじ キャベツ ねぎ しょうが えだまめ たまねぎ	米 じゃがいも 砂糖 パン粉  でん粉	油 ごま	699	30.8	21.8	2.1
5水	ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 白玉汁 じゃがピー豚ばら	鶏肉 さわら 生揚げ 豚肉 かつお節	牛乳	にんじん ごまつな 青ピーマン	たまねぎ だいこん えのきたけ しょうが	米 もち じゃがいも 砂糖	油	707	30.2	23.4	2.1
6木	🌸 卒業おめでとう献立 🌸 ちらしごはん 牛乳 てりやきミートボール 細切昆布の和え物 豆乳プリンタルト(リクエスト)	豚肉 油揚げ 卵 鶏肉	牛乳 ちりめんじゃこ こんぶ	にんじん	干しいたけ 切干しだいこん れんこん えだまめ たまねぎ きゅうり しょうが もやし キャベツ	米 もち米 砂糖  でん粉 米粉 豆乳プリンタルト	油 ごま	754	24.4	28.0	2.6
7金	ボークカレー(ごはん) 牛乳 ハンバーグ 春キャベツのソテー	豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ エリンギ とうもろこし キャベツ	米 じゃがいも でん粉 砂糖	油 オリーブ油	763	31.2	24.4	2.2
10月	麦ごはん 牛乳 ヤンニョムフィッシュ 中華スープ ナムル	鶏肉 焼き豆腐 ホキ	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ ごまつな	ごぼう だいこん ねぎ にんにく しょうが もやし 切干しだいこん	米 麦 砂糖 でん粉 こんにゃく	油 ごま油 ごま	687	30.0	22.2	2.4
11火	🌸 令和6年度 中学校 卒業式 🌸										
12水	豚キムチ丼(麦ごはん) 牛乳 ひよこまめのシャリシャリ揚げ じゃがいものうま煮	豚肉 ひよこ豆 鶏肉 生揚げ	牛乳 あおき	にんじん さやいんげん ごまつな	しょうが にんにく ごぼう はくさい たまねぎ もやし えのきたけ ねぎ	米 麦 でん粉 じゃがいも 砂糖 しらたき	ごま油 油	698	28.6	18.9	2.1
13木	🍷 旬の味覚を味わう献立 🍷 ごはん ごまふりかけ 牛乳 いわしのしょうが煮 高野豆腐の卵とじ煮 しらぬひ	豚肉 凍り豆腐 卵 いわし	牛乳	にんじん ごまつな	たまねぎ しょうが はくさい 干しいたけ しらぬひ	米 砂糖 じゃがいも こんにゃく	油 ごま	719	33.6	24.4	2.4
14金	エビチャーハン 牛乳 コロッケ 肉団子の甘酢炒め	えび 鶏肉 レンズ豆 豚肉	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ えだまめ グリーンピース ねぎ しょうが とうもろこし にんにく	米 玄米 砂糖 パン粉 でん粉 小麦粉 じゃがいも	油 マーガリン ごま油	731	28.2	24.9	2.4
17月	ごはん 牛乳 焼きししゃも(2尾) 里芋のカレーみそ煮 春雨和え	豚肉 うずら卵 生揚げ	牛乳 ししゃも	にんじん ごまつな さやいんげん	しょうが たまねぎ だいこん しめじ とうもろこし もやし	米 こんにゃく 砂糖 はるさめ さといも	ごま油	709	31.8	25.2	2.4
18火	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 かぶの豆乳クリーム煮 チーズポテト	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆 豆乳 大豆 ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん かぶ葉 パセリ	たまねぎ とうもろこし かぶ	コッペパン さつまいも じゃがいも 米粉	油 バター	754	32.8	35.1	2.9
19水	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ 辛み豆腐汁 ごまみそ和え	豚肉 さば 大豆 豆腐 油揚げ	牛乳	にんじん にら ごまつな	キャベツ もやし えのきたけ 切干しだいこん しょうが	米 砂糖 こんにゃく でん粉	油 ごま ごま油	738	30.7	32.7	2.3

・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、豆乳プリンタルトは学配です。

平均栄養量	726	30.1 (16.6%)	25.5 (31.6%)	2.4
基準値	780	13~20%	20~30%	2.0g未満



給食で使  
用している  
主な食  
材の産地  
をお  
知らせし  
ます。

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	千葉市、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	きゅうり	—	千葉県、高知県、宮崎県
牛乳	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県
豚肉	茨城県、岩手県、青森県、北海道	青森県	きゃべつ	千葉県、愛知県、群馬県	千葉県、愛知県
鶏肉	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	千葉市	千葉市、徳島県	セロリ	千葉県、愛知県	愛媛県
ほうれんそう	千葉県	千葉市、千葉県	じゃがいも	北海道	北海道、鹿児島県
にら	千葉県、茨城県、栃木県	千葉県、茨城県	かぶ	千葉県	千葉県
ごまつな	千葉市	千葉市、千葉県	かぶの葉	—	千葉県
ピーマン	宮崎県	茨城県	りんご	長野県	—
はくさい	茨城県、群馬県	茨城県	いよかん	愛媛県	—
			みかん	静岡県	—
			しらぬひ(デコパン)	—	愛媛県、和歌山県、熊本県

3月25日(火)は、給食費の第9期(2月・3月分)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、4月15日(火)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)

3月16日(日)は、千葉県知事選挙・千葉市長選挙の投票日です。