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４月分

― Aコース ―

日	曜	献立名	主な材料名 主に体の組織をつくる食品 魚・肉・卵 豆・豆製品	主に体の組織をつくる食品 牛乳・乳製品 小魚・海そう	主に体の調子を整える食品 緑黄色野菜	主に体の調子を整える食品 その他の野菜・果物	主にエネルギーになる食品 米・パン・めん・ いも・砂糖	主にエネルギーになる食品 油脂	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
9	水	ごはん					米		817 34.5 28.5 2.5
		牛乳		牛乳					
		さばのおろし煮	さば			だいこん　たまねぎ	砂糖		
		いも団子汁	鶏肉		にんじん　こまつな	だいこん　えのきたけ	じゃがいも　小麦粉	油	
		生揚げのキムチ炒め	豚肉　生揚げ		にんじん　にら	しょうが　にんにく　はくさい もやし　はくさいキムチ	砂糖　でん粉	ごま油　ごま	
10	木	厚切り食パン		脱脂粉乳			小麦粉　米粉　砂糖	マーガリン	843 26.8 28.6 3.3
		チョコクリーム					水あめ　砂糖　小麦粉		
		牛乳		牛乳					
		ポテトコロッケのソースかけ		脱脂乳		たまねぎ	じゃがいも　小麦粉 パン粉　でん粉　砂糖	油	
		野菜のトマト煮	鶏肉　豚肉 白いんげん豆		にんじん　トマト さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも　砂糖 でん粉	油	
		ガーリック和え			にんじん　こまつな	キャベツ　とうもろこし もやし　にんにく		オリーブ油	
11	金	ごはん					米		791 40.3 22.8 2.3
		牛乳		牛乳					
		さわらの西京焼き	さわら				砂糖		
		すき焼き煮	豚肉　焼き豆腐		にんじん	たまねぎ　はくさい　ねぎ 干ししいたけ　えのきたけ	しらたき　砂糖 油ふ	油	
		五目きんぴら	鶏肉　さつま揚げ		にんじん	えだまめ	こんにゃく　砂糖	ごま油	
14	月	✿入学・進級おめでとう献立✿							821 28.4 21.9 1.9
		麦ごはん					米　麦		
		味付きのり		のり					
		牛乳		牛乳					
		メンチカツのソースかけ	豚肉　鶏肉　大豆			たまねぎ	パン粉　でん粉　砂糖	油	
		すまし汁	鶏肉　焼き豆腐 かまぼこ		にんじん ほうれんそう	だいこん　干ししいたけ　ねぎ	さといも		
		さくらゼリーポンチ				もも果汁　ぶどう果汁　パイン缶 夏みかん缶　レモン果汁	砂糖		
15	火	チキンカレー（ごはん）	鶏肉		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	815 29.1 24.1 2.6
		牛乳		牛乳					
		オムレツ	卵				砂糖	油	
		ひじきのマリネ		ひじき	にんじん	えだまめ　とうもろこし	砂糖	ごま油　ごま	
16	水	コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉　米粉　砂糖	マーガリン	798 33.5 28.6 3.3
		牛乳		牛乳					
		ホキのオーロラソースかけ	ホキ				パン粉　小麦粉　砂糖	油　マヨネーズ	
		野菜スープ	鶏肉　豆腐		にんじん ほうれんそう	にんにく　セロリ　たまねぎ だいこん　えのきたけ	米粉マカロニ	油	
		こまつなとコーンのソテー	鶏肉		こまつな	キャベツ　とうもろこし たまねぎ	でん粉	油	
		ヨーグルトレーズン				干しぶどう	砂糖		
17	木	麦ごはん					米　麦		793 35.8 19.9 2.2
		牛乳		牛乳					
		鶏肉のチーズ焼き	鶏肉	チーズ	赤ピーマン　パセリ		パン粉　砂糖	油	
		チリコンカン	豚肉　大豆 赤いんげん豆		にんじん　トマト	にんにく　たまねぎ マッシュルーム　えだまめ	砂糖　じゃがいも でん粉	油	
		オニオンドレッシング和え			ブロッコリー にんじん	キャベツ　とうもろこし たまねぎ	砂糖	油	
18	金	ごはん					米		822 40.1 25.5 3.0
		牛乳		牛乳					
		ほっけ一夜干し	ほっけ						
		白菜とうずら卵のうま煮	鶏肉　うずら卵		にんじん	しょうが　にんにく　たまねぎ エリンギ　はくさい	こんにゃく　砂糖 じゃがいも　でん粉	油	
		こまつなの黒酢炒め	豚肉		にんじん　こまつな 赤ピーマン	たまねぎ　ねぎ	砂糖　でん粉	油　ごま ごま油	
21	月	🌷春の味覚を味わう献立🌷							874 32.7 28.2 2.9
		ごはん					米		
		牛乳		牛乳					
		揚げしゅうまい（２個）	豚肉			たまねぎ　しょうが	パン粉　でん粉 砂糖　小麦粉	油	
		麻婆豆腐	豚肉　大豆　豆腐		にんじん　にら	しょうが　にんにく　たまねぎ たけのこ　ねぎ	砂糖　でん粉	ごま油	
		スティックかまぼこ	かまぼこ	チーズ					
		清見オレンジ				清見オレンジ			
22	火	セルフサンド （コッペパンバンズ		脱脂粉乳			小麦粉　米粉　砂糖	マーガリン	804 37.5 28.3 3.1
		ハンバーグのトマトソースかけ）	豚肉　鶏肉			たまねぎ	でん粉　砂糖 じゃがいも	油	
		牛乳		牛乳					
		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　マッシュルーム とうもろこし	じゃがいも　米粉	油　バター	
		野菜とツナのソテー	まぐろ		にんじん　こまつな	たまねぎ　とうもろこし		油	
23	水	豚肉の生姜炒め丼（ごはん）	豚肉		にんじん　こまつな	しょうが　にんにく　たまねぎ エリンギ	米　しらたき　砂糖		793 30.5 27.1 1.9
		牛乳		牛乳					
		たらのアーモンドフライ	たら　大豆			とうもろこし	パン粉　小麦粉　砂糖	油　アーモンド	
		塩だれキャベツ			にんじん	キャベツ　切干しだいこん えだまめ		ごま油	
24	木	ごはん					米		803 31.1 26.9 2.3
		牛乳		牛乳					
		鶏そぼろ卵焼き	卵　鶏肉				砂糖　でん粉	油	
		豚ばら大根	豚肉　大豆 生揚げ		にんじん チンゲンサイ	しょうが　たまねぎ　だいこん ねぎ	こんにゃく　砂糖 でん粉	油	
		わかめの生姜和え		わかめ	にんじん	キャベツ　もやし　しょうが	砂糖	ごま	
25	金	ごはん					米		785 39.3 20.8 2.7
		牛乳		牛乳					
		あじの油淋煮	あじ			ねぎ　しょうが	でん粉　砂糖	油　ごま油　ごま	
		じゃがいもの煮物	鶏肉　豚肉		にんじん こまつな	たまねぎ	こんにゃく　でん粉 じゃがいも　砂糖	油	
		ひじき入り肉そぼろ	豚肉　大豆	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖	ごま油　ごま	

日	曜	献立名	主な材料名 主に体の組織をつくる食品 魚・肉・卵 豆・豆製品	 主に体の組織をつくる食品 牛乳・乳製品 小魚・海そう	 主に体の調子を整える食品 緑黄色野菜	 主に体の調子を整える食品 その他の野菜・果物	 主にエネルギーになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖	 主にエネルギーになる食品 油脂	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
28	月	幕張西中学校職場体験献立							854 39.6 29.6 2.1
		たけのこごはん	豚肉　油揚げ 大豆		にんじん	しょうが　干ししいたけ たけのこ　えだまめ	砂糖　米　もち米	油	
		牛乳		牛乳					
		揚げ鶏のねぎたれかけ	鶏肉			ねぎ　しょうが	でん粉　米粉　砂糖	油	
		菜の花のごまドレッシング和え			にんじん　なばな	キャベツ　もやし とうもろこし		ごまドレッシング ごま	
		いちごのスティックケーキ	豆乳　大豆			いちご　レモン果汁	米粉　砂糖	油	
30	水	ごはん					米		812 34.2 24.5 2.1
		牛乳		牛乳					
		ししゃもの青のりフライ（2尾）	ししゃも	青のり			パン粉　小麦粉	油	
		豚汁	豚肉		にんじん こまつな	たまねぎ　だいこん えのきたけ　ねぎ	じゃがいも		
		黒糖ビーンズ	大豆				砂糖		

・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。
・いちごのスティックケーキは学配です。
・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	815
たんぱく質(g)	13～20%	34.2(16.8%)
脂質(g)	20～30%	25.7(28.4%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.5

種類	産地 2月（実施）	 4月（予定）	種類	産地 2月（実施）	 4月（予定）
米	千葉県	千葉県	チンゲンサイ	千葉県	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、神奈川県	千葉県、茨城県
			ねぎ	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県	千葉県、茨城県
牛乳	千葉県	千葉県	きゃべつ	愛知県	愛知県
豚肉	千葉県、岩手県、秋田県、青森県、茨城県、北海道	青森県	たまねぎ	北海道	北海道
			もやし	栃木県	栃木県
鶏肉	岩手県、青森県	岩手県	じゃがいも	北海道	鹿児島県、長崎県
鶏卵	千葉県	ー	セロリ	茨城県、愛知県	愛知県、静岡県、茨城県、長野県
にんじん	千葉市	徳島県	かぶ	千葉県	千葉県
ほうれんそう	千葉県	茨城県	赤ピーマン	高知県	高知県
にら	千葉県、栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	いよかん	愛媛県	ー
こまつな	千葉市、茨城県	千葉市、茨城県	デコポン	佐賀県、愛媛県	ー
ピーマン	茨城県	茨城県	あまなつ	ー	鹿児島県
はくさい	茨城県、群馬県	千葉県、茨城県	清見オレンジ	ー	愛媛県

令和６年度第９期給食費の口座振替（３月２５日実施）ができなかった方に、４月１５日（火）に再振替を行います。前日までに必要な金額を登録口座にご用意ください。（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）