

学校給食献立予定表

千葉県大宮
学校給食センター
☎305-1355

令和7年4月分

— Bコース —

日曜	献立名	主な材料名						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
		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		
		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	
9 水	麦ごはん 牛乳 さばのおろし煮 キャベツたっぷり豚汁 ごまあえ	さば 豚肉 油揚げ	牛乳 いわし粉	にんじん だいこん葉 こまつな にんじん	だいこん たまねぎ だいこん キャベツ ねぎ もやし 切干しだいこん しめじ	米 麦 砂糖 じゃがいも 砂糖	ごま油 ごま	812 33.8 27.6 2.5
10 木	ごはん 牛乳 厚焼き卵 じゃがいものうま煮 にんじんそぼろ	卵 鶏肉 がんもどき 豚肉 レンズ豆	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ しょうが 干ししいたけ	米 砂糖 こんにやく じゃがいも 砂糖 砂糖	油 油 油 ごま	853 33.8 29.4 2.8
11 金	薄切り食パン 牛乳 メンチかつのソースかけ クラムチャウダー ゼリーポンチ	豚肉 鶏肉 鶏肉 ベーコン あさり	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ にんにく たまねぎ エリンギ とうもろこし ナタデココ ぶどう果汁 いちご果汁	小麦粉 米粉 砂糖 パン粉 でん粉 砂糖 じゃがいも 米粉 砂糖	マーガリン 油 油 バター	840 31.7 30.2 3.1
14 月	ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 鶏すき煮 きんぴら	さわら 鶏肉 凍り豆腐 豚肉 さつま揚げ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ ねぎ はくさい しめじ れんこん	米 砂糖 こんにやく 焼きふ 砂糖 しらたき 砂糖	油 油 ごま ごま	793 36.7 22.1 2.3
15 火	🌸入学進級おめでとう献立🌸							
15 火	赤飯 牛乳 鶏の塩唐揚げ 白玉汁 のりあえ いちごのスティックケーキ	あずき 鶏肉 鶏肉	牛乳 のり	にんじん だいこん葉 こまつな にんじん	しょうが にんにく だいこん えのきたけ ねぎ たまねぎ もやし 切干しだいこん キャベツ いちご レモン果汁	もち米 米 でん粉 米粉 こんにやく さといも もち 砂糖 砂糖 砂糖 米粉 砂糖 米粉	油 油 油	883 38.3 22.1 2.6
16 水	コッペパン 牛乳 ハムチーズピカタ 野菜と豆のスープ煮 ミートソースパンネ ミルククリーム	ハム 卵 鶏肉 白いんげん豆 豚肉 大豆	脱脂粉乳 牛乳 チーズ 全粉乳	にんじん ブロッコリー にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし エリンギ キャベツ しょうが にんにく たまねぎ セロリ	小麦粉 米粉 砂糖 砂糖 じゃがいも マカロニ 砂糖	マーガリン 油 油 油	823 35.3 35.1 2.8
17 木	ごはん 牛乳 ししゃもの青のりフライ(2尾) わかめスープ 切干大根のピリ辛あえ	豚肉	牛乳 ししゃも 青のり わかめ	にんじん にんじん	たまねぎ しめじ ねぎ 切干しだいこん とうもろこし もやし	米 パン粉 小麦粉 韓国もち 砂糖	油 ごま油 ごま油 ごま	812 29.1 24.5 2.9
18 金	ごはん 牛乳 えびかつ ビーンズブラウンシチュー ほうれんそうとハムのマヨたまため	えび たら 鶏肉 豚肉 白いんげん豆 ハム 卵	牛乳	にんじん トマト さやいんげん ほうれんそう にんじん	たまねぎ にんにく たまねぎ とうもろこし	米 でん粉 パン粉 小麦粉 じゃがいも でん粉 油 マヨネーズ	油	874 28.7 28.4 2.5
21 月	🌷春の味覚を味わう献立🌷							
21 月	ごはん 牛乳 かに玉 生揚げのオイスターソース煮 キャベツのナムル	卵 かに 豚肉 生揚げ 鶏肉	牛乳	にんじん にんじん ほうれんそう にんじん	たけのこ ねぎ 干ししいたけ しょうが きくらげ たけのこ たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし にんにく	米 でん粉 砂糖 砂糖 でん粉 砂糖	油 ごま油 ごま油 ごま	803 33.3 25.6 2.4
22 火	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ もずくのかき卵みそ汁 にんじんしりしり	さば 鶏肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ 卵 まぐろ	牛乳 もずく いわし粉	にんじん だいこん葉 にんじん さやいんげん	しょうが しょうが 干ししいたけ えのきたけ ねぎ しょうが	米 でん粉 こんにやく 砂糖	油	855 38.1 33.9 3.3
23 水	薄切り食パン 牛乳 ハンバーグのトマトソースかけ 米粉マカロニのスープ じゃがいものマスタードいため	豚肉 鶏肉 鶏肉 白いんげん豆 ウインナー	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 チーズ	トマト にんじん ほうれんそう さやいんげん	たまねぎ たまねぎ キャベツ とうもろこし	小麦粉 米粉 砂糖 でん粉 砂糖 じゃがいも 米粉マカロニ じゃがいも 砂糖	マーガリン 油 油 油 マヨネーズ	796 33.4 32.0 3.2
24 木	🌷加曾利中学校職場体験献立🌷							
24 木	ごはん 牛乳 春巻き マーボー豆腐(丼) 春キャベツのアーモンドあえ	豚肉 豚肉 大豆 豆腐	牛乳	にんじん にんじん なら こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ 干ししいたけ しょうが にんにく ねぎ たまねぎ たけのこ キャベツ もやし	米 はるさめ でん粉 小麦粉 米粉 砂糖 でん粉 砂糖	油 油 ごま油 アーモンド	822 30.0 25.9 3.0
25 金	コッペパン 牛乳 ほうれんそうグラタン ミートボールのトマト煮 清見オレンジ チョコクリーム	鶏肉 豚肉 白いんげん豆	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 チーズ	ほうれんそう にんじん トマト さやいんげん	たまねぎ たまねぎ エリンギ 清見オレンジ	小麦粉 米粉 砂糖 マカロニ 小麦粉 砂糖 じゃがいも でん粉 水あめ 砂糖 小麦粉	マーガリン バター 油 油	801 30.0 26.8 2.7

日 曜	献立名	主 な 材 料 名						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
		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		
		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	
28 月	チキンライス	鶏肉 レンズ豆		にんじん 青ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン トマト	にんにく たまねぎ エリンギ えだまめ	米 玄米 砂糖	油	816 26.0 26.0 2.9
	牛乳		牛乳					
	ポテトコロケのソースかけ		脱脂乳		たまねぎ	じゃがいも パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖	油	
	ほうれんそうと生揚げの卵いため	豚肉 生揚げ 卵		ほうれんそう	たまねぎ りんご果汁 パイナップル果汁 ぶどう果汁 もも果汁	砂糖	ごま油 油	
フルーツミックスゼリー								
30 水	ごはん					米		790 29.2 22.5 2.5
	牛乳		牛乳					
	オムレツ	卵				砂糖	油	
	ポークカレー	豚肉 大豆		にんじん ブロッコリー にんじん	にんにく しょうが たまねぎ	じゃがいも	油 コーンドレッシング	
野菜のコーンドレッシングあえ				キャバツ とうもろこし				

- ・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、フルーツミックスゼリーは学配です。
- ・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	825
たんぱく質(g)	13~20%	32.5(15.8%)
脂質(g)	20~30%	27.5(30.0%)
食塩相当量(g)	2.5g未満	2.8

種 類	産 地		種 類	産 地	
	2月(実施)	4月(予定)		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
牛乳	千葉県	千葉県	ねぎ	千葉県、茨城県、埼玉県、群馬県	千葉県、茨城県
豚肉	千葉県、岩手県、秋田県、青森県、茨城県、北海道	青森県	きゃばつ	愛知県	愛知県
鶏肉	岩手県、青森県	岩手県	たまねぎ	北海道	北海道
鶏卵	千葉県	—	もやし	栃木県	栃木県
にんじん	千葉市	徳島県	じゃがいも	北海道	鹿児島県、長崎県
ほうれんそう	千葉県	茨城県	セロリ	茨城県、愛知県	愛知県、静岡県、茨城県、長野県
にら	千葉県、栃木県	千葉県、栃木県、茨城県	かぶ	千葉県	千葉県
こまつな	千葉市、茨城県	千葉市、茨城県	赤ピーマン	高知県	高知県
ピーマン	茨城県	茨城県	いよかん	愛媛県	—
はくさい	茨城県、群馬県	千葉県、茨城県	デコボン	佐賀県、愛媛県	—
			あまなつ	—	鹿児島県
			清見オレンジ	—	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)