

# 予定献立表

## 令和8年 2月

船橋市立前原中学校 ○牛乳は毎日つきます

日付	選択	A献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	B献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	備考		
2 (月)		親子丼 ごま酢あえ じゃが芋とわかめのみそ汁 いよかん					ハチミツパン 豆腐のミートグラタン ポテトサラダ(マヨネーズ味) 野菜スープ バナナ	3-8 のリクエスト					B: リクエスト給食 (ポテトサラダ)	
3 (火)		大豆のおこわ いかの更紗揚げ 里芋のそぼろ煮 青菜とえのきのお浸し かぶのみそ汁 オレンジ	803	32.4	25.7	2.2	816	33.2	31.4	2.7				
5 (木)		ご飯 手作りひじきぶりかけ 厚焼き玉子 彩りきんぴら ごまあえ じゃが芋と揚げのみそ汁 みかん	809	31.3	28.6	2.2	食パン マーマレード ししゃものパリパリ揚げ ピーフンソテー キムチと豆乳のスープ キウイフルーツ	821	33.6	31.0	2.9			
6 (金)		ご飯 チーズスタッカルビ チャブチエ チョレギサラダ わかめスープ いよかん	801	30.2	28.9	2.2	ミルクロール いかのアップルマリネ ミックスソテー キャベツとベーコンのスープ ヨーグルト	819	32.1	30.9	2.8		A: リクエスト献立 (チーズスタッカルビ)	
9 (月)		ご飯 たらのみそマヨネーズ焼き 納豆あえ にらともやしのみそ汁 あずき白玉	801	34.9	24.8	2.0	ブドウパン わかさぎのエスカベージュ ホワイトシチュー わかめサラダ りんご	1-1.4.8 2-1.2.4.7.9 3-3.5.8のリクエスト	835	29.6	31.0	2.9		B: リクエスト給食 (シチュー)
10 (火)		麦ご飯 さばのみそ煮 茎わかめの五色あえ けんちん汁 しらぬい	804	33.4	27.2	2.5	コッペパン キャラメルクリーム 豆腐のナゲット シーフードサラダ レンズ豆のスープ みかん	790	35.5	30.1	2.9			
12 (木)		ご飯 いかとポテトのチリソース 中華あえ にらとハムのスープ みかん	794	31.1	26.2	2.1	コッペパン りんごジャム 鮭のホイル焼き 烧肉サラダ トマトスープ 豆乳プリン	3-4 のリクエスト	799	37.4	32.2	2.9		B: リクエスト給食 (焼肉サラダ)
13 (金)		ドライカレー かぶのサラダ チョコマフィン	821	27.5	27.3	2.1	フルーツクリームサンド レバーとポテトのレモンソース ハートのパスタサラダ 豆乳コーンスープ いちご	820	33.4	31.1	2.8			
16 (月)		キャロットライス ほうれん草のホワイトソースかけ コーンサラダ ABCスープ オレンジ	810	30.7	25.0	2.4	食パン いちごジャム ほうれん草とベーコンのキッシュ ツナサラダ 白菜スープ バナナ	791	33.3	31.7	3.0		船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「ほうれん草」	
17 (火)		麦ご飯 キャベツメンチカツ 粉ふき芋 磯香あえ 豆乳みそ汁 みかん	814	32.6	24.8	2.1	シナモンセサミトースト コールスロー ポークピーンズ オレンジ	814	33.2	32.0	2.7		3年なし	
18 (水)		ご飯 和風ハンバーグ おろしソース じゃこ入り和風サラダ 生揚げとキャベツのみそ汁 オレンジ	792	33.6	28.6	2.3	コッペパン みかんジャム ぼらのオニオン風味揚げ 小松菜とコーンのサラダ カレーヌードルスープ りんご	792	35.1	30.0	2.6		3年なし	
24 (火)		チキンカレーライス 青菜とのりのサラダ ヨーグルトあえ	814	27.2	26.3	2.2	上海焼きそば 揚げぎょうざ 春雨サラダ	3-7 のリクエスト 1-2 2-4.7 3-6.8のリクエスト	808	39.5	32.0	2.9		B: リクエスト給食 (揚げぎょうざ・ 春雨サラダ)
25 (水)		ご飯 ししゃものごま焼き ひたし豆 豚肉のすき焼き風煮 ほんかん	812	38.2	29.9	2.1	丸型コッペパン ますのフライタルタルソース 海藻サラダ ミネストローネスープ りんご	790	36.5	31.0	2.6			
26 (木)		ご飯 レバーの大和あえ 小松菜のごまあえ 鶏肉と野菜の塩炒め さつま汁 オレンジ	799	32.4	25.2	2.3	ブランコッペパン 白身魚のムニエル 小松菜とトマトのサラダ ガーリックポテト キャベツの玉子スープ ミルクコーヒー寒天	796	39.7	31.8	2.8		船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「小松菜」	
27 (金)		赤飯 鶏肉の唐揚げ おひたし しめじのお吸い物 ぶどうゼリー	2-8 のリクエスト 1-1.4.5.6.7 2-1.2.3.5.6.9 3-2.3.4.5.7.8のリクエスト	820	32.1	29.7	2.3	ソフト麺ミートソース ポテトのチーズ焼き ツナとわかめのサラダ フルーツ白玉	834	32.6	24.6	2.3		卒業お祝い献立 A: リクエスト給食 (唐揚げ・おひたし)

○都合により食材料を変更する場合がありますが、あらかじめご了承ください。

\* 今月の船橋産の旬の食材は、「ほうれん草」「小松菜」です。

\* アンケート結果によるリクエスト給食を取り入れています。

★「中学校給食予約システム」による申し込みをお願いします。

◎校内締切・・・11月26日(水)

◎予約システムへの入力期間・・・11月21日(金)～11月27日(木)

\* 予約システムへの入力期間は11月27日(木)までですが、学校での確認作業のため校内締切を11月26日(水)とさせていただきます。

★2月分の給食費の引き落としは、12月25日(木)になります。残高の確認をお願いいたします。



<予約サイト>