

予定献立表

令和8年 4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	Iカリ - (Kcal)	タバク質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	B献立	Iカリ - (Kcal)	タバク質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	備考		
9 (木)		花見寿司 メバルの竜田揚げ 小松菜と白菜のおひたし 金平ごぼう しめじのすまし汁 いちご		799	34.0	26.5	2.4	セサミトースト チリ・コン・カーン ツナサラダ りんごゼリー		802	31.5	29.0	2.7	進級お祝い献立
10 (金)		鶏ごぼうご飯 厚焼き玉子 ごまあえ まいたけと青菜のみそ汁 バナナ		796	29.8	29.8	2.4	コッペパン はちみつ ししゃものパリパリ揚げ コーンサラダ ミネストローネ オレンジ		830	32.3	27.8	2.8	
13 (月)		わかめごはん 鶏肉のみそ焼き ツナあえ 具だくさんみそ汁 いちご		791	35.0	28.2	2.4	丸型コッペパン シイラのフライタルタルソース ひじきのサラダ 生揚と白菜のスープ オレンジ	シイラはハイではマ ビマヒと呼ばれている 白身魚です	793	42.8	31.7	2.7	1年生開始 入学お祝い献立
14 (火)		ご飯 かつおのろしあえ 大豆と揚げポールの煮物 のりのみそ汁 きよみ	きよみは満月オレンジとも呼ばれ、みかんとトロピオレンジ の交配から生まれた柑橘類です	818	39.6	23.5	2.3	食パン チョコレートクリーム 豆腐入りハンバーグ ジャーマンポテト カレーヌードルスープ パイナップル		831	35.0	28.3	2.8	
15 (水)		だけのごご飯 いかの香味揚げ 千草あえ けんちん汁 はっさく		790	32.1	27.3	2.3	炒めそば野菜あんかけ さつまいものおやき 青菜とのりのサラダ ヨーグルトあえ		813	33.7	29.8	2.5	
16 (木)		ポークカレーライス アスパラのベーコン巻き 海藻サラダ オレンジ		792	27.8	30.8	2.2	きなこ揚げパン 肉団子スープ ミモザサラダ ホワイトゼリー		790	35.9	31.4	2.7	
17 (金)		麦ご飯 さけの西京焼き 納豆あえ じゃが芋のうま煮 生揚げと春キャベツのみそ汁 きよみ		790	37.8	23.5	2.3	ハムサンド わかさぎの唐揚げ チキンサラダ 卵スープ キウイフルーツ		799	40.2	30.4	2.8	
20 (月)		ご飯 レバーとじゃがいもの揚げ煮 茎わかめの五色あえ 根菜のキムチ汁 ぶどうゼリー		791	29.8	25.3	2.4	コッペパン キャラメルクリーム 豆腐のピザ焼き ポテトサラダ(ドレッシング味) レンズ豆のスープ パイナップル		794	32.5	29.4	2.8	
21 (火)		ブルゴギ丼 パリパリ漬け いりこピーンズ 春雨スープ オレンジ		792	31.3	26.4	2.2	和風スパゲティ あじのバジルパン粉焼き ごまドレッシングサラダ クリームコーンと卵のスープ フルーツ白玉		832	38.8	29.1	2.8	
23 (木)		ご飯 たらの甘酢あんかけ 生揚げのかき油炒め 中華風クリームコーンスープ 河内晩柑	河内晩柑(かわちばん かん)は見た目はグ レーフルーツに似て いますが、苦みが少な くさっぱりした甘酸つ	809	35.6	26.5	2.2	ブドウパン ポテトのオムレツ ツナとわかめのサラダ 白玉スープ バナナ		838	37.8	26.7	2.8	
24 (金)		ご飯 麻婆豆腐 さつま芋スティック 中華あえ 甘夏みかん		796	32.7	27.0	2.2	ハチミツパン かぶのシチュー ベイクドポテト 焼肉サラダ オレンジ		804	30.0	30.3	2.8	
27 (月)		ご飯 のりまき厚あげ 青菜のみぞれちりめんあえ 豚汁 オレンジ		791	34.1	28.8	2	ミルクパン レバーとポテトのケチャップあえ ミニトマト 大根サラダ 洋風わかめスープ バナナ	船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「大根」	833	32.1	30.3	2.7	
28 (火)		ご飯 豆あじのカレー南蛮漬け おかかあえ あとひきお煮しめ 打ち豆入りみそ汁 きよみ		796	33.1	25.4	2.1	プランコッペパン ますのチーズムニエル じゃこ入り海藻サラダ ABCスープ 豆乳プリン		790	38.7	31.4	2.9	
30 (木)		ご飯 花シユーマイ 生揚げのキムチみそ炒め もずくスープ 河内晩柑		795	35.6	24.5	2.2	ソフト麺ミートソース さつま芋チップス シーフードサラダ オレンジ		802	35.0	27.6	2.4	

○献立表をよく見て選び、選択欄に記入しましょう。

○都合により食材料を変更する場合があります、あらかじめご了承ください。

○今月の船橋産の旬の食材は、「大根」です。

★「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・・・1月26日(月)

◎予約システムへの入力期間・・・1月21日(水)~30日(金)

*予約システムへの入力期間は30日(金)までですが、学校での確認作業のため校内締切を26日(月)とさせていただきます。

★ 4月分の給食費の引き落としは、3月1日(月)になります。残高の確認をお願いいたします。



<予約サイト>