

# 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	1人当り (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	B献立	1人当り (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (%)	食塩相当量 (g)	備考
9		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
(木)												
10		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	
(金)												
13		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 生揚げと白菜のスープ オレンジ	793	42.8	31.7	2.7	シイラはハワイではマ ヒマヒと呼ばれている 白身魚です
(月)												1年生開始 入学お祝い献立
14		ご飯 かつおのおろしあえ 大豆と揚げボールの煮物 のりのみそ汁 きよみ	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	
(火)												
15		たけのこご飯 いかの香味揚げ 干草あえ 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	
(水)												
16		ボークカレーライス 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	
(木)												
17		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	
(金)												
20		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	
(月)												
21		ブルコギ丼 パリパリ漬 いりこビーンズ 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	
(火)												
23		ご飯 たらこの甘酢あんかけ 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	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	
(木)												
24		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 バイクドポテト 焼肉サラダ オレンジ	804	30.0	30.3	2.8	
(金)												
27		ご飯 のりまき厚揚げ 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	833	32.1	30.3	2.7	船橋産の旬の食材を 食べて知る日 「大根」
(月)												
28		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	ブランコッペパン 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	
(火)												
30		ご飯 花シューマイ 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	
(木)												

○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、「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>