

日	曜日	献立名	牛乳	熱や力になるもの	肉や血になるもの (牛乳はここに含まれます)	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質
							(kcal)	(g)
3	月	ねぎ塩豚丼 ブロッコリーサラダ ミルクプリン	○	米、植物油、片栗粉 サクザンアイランドドレッシング 砂糖、加糖練乳	豚肉 ツナフレーク 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、赤ピーマン、ねぎ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	898	35.2
4	火	ご飯 ほうれん草の味噌汁 鶏肉のレモンソースかけ じゃこサラダ	○	米 片栗粉、植物油、砂糖 植物油、和風香味玉ねぎドレッシング	油揚げ、みそ 鶏肉 しらす干し	ほうれん草、えのきたけ しょうが、レモン果汁 大根、アスパラガス、きゅうり、にんじん	804	36.9
5	水	ご飯 けんちん汁 さわらの西京焼き 肉じゃが	○	米 こんにゃく 砂糖 しらたき、じゃがいも、植物油、砂糖	豆腐 さわか(韓国)、みそ、イワシ煮干し 豚肉	大根、にんじん、ねぎ、ごぼう 玉ねぎ、にんじん、枝豆	798	36.7
6	木	イチゴクルクルパン ミネストローネ マカロニグラタン キャベツのソテー	○	イチゴクルクルパン バター、じゃがいも マカロニ、植物油 植物油	ベーコン 鶏肉、牛乳、ミックスチーズ ツナフレーク	ズッキーニ、玉ねぎ、にんじん、セロリ、にんにく、トマト マッシュルーム、玉ねぎ キャベツ、アスパラガス、にんじん、とうもろこ	798	33.9
7	金	ご飯 チンゲン菜のスープ チキンカツ 春雨サラダ 七夕ゼリー	○	米 ごま油 植物油、パン粉、フライミックス粉、小麦粉 春雨、ナムルドレッシング 砂糖、水あめ	かにかまぼこ 鶏肉、大豆たんぱく ロースハム	チンゲン菜、玉ねぎ、にんじん きゅうり、にんじん、とうもろこし パインアップル果汁	820	23.8
10	月	ご飯 大根の味噌汁 すき焼き風煮 竹輪の磯辺揚げ	○	米 しらたき、植物油、砂糖 植物油、小麦粉、片栗粉	豆腐、みそ 豚肉 ちくわ、アオサ	大根、小松菜 にんじん、白菜、ねぎ	831	34.7
11	火	ご飯 担々スープ 白身魚の香味ソース ポテトサラダ	○	米 ごま 片栗粉、植物油、砂糖、ごま油 じゃがいも、フレッシュドレッシング、エッグフリーマヨネーズ	豚肉、みそ、豆乳 たら(アメリカ) ツナフレーク	もやし、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、にんにく、しょうが ねぎ、しょうが、にんにく にんじん、きゅうり	844	30.7
12	水	ご飯 白菜の味噌汁 青椒肉絲 ニラまんじゅう カスタードプリン	○	米 植物油、砂糖、片栗粉 小麦粉、こんにゃく粉、砂糖、こめ油 砂糖、水あめ、バターミルク	油揚げ、みそ 豚肉 豚肉、大豆 牛乳、卵	白菜、にんじん たけのこ、もやし、青ピーマン、しょうが、にん キャベツ、にら、ねぎ、にんにく、しょうが	822	37.4
13	木	そばろパン オニオンスープ 照り焼きハンバーグ カラフルソテー	○	そばろパン 砂糖、片栗粉、パン粉、植物油 植物油	鶏肉、大豆たんぱく ウインナー	玉ねぎ、白菜、にんじん、セロリ 玉ねぎ キャベツ、アスパラガス、にんじん	928	26.1
14	金	ご飯 わかめの味噌汁 チキン南蛮 青菜のおかか和え	○	米 片栗粉、植物油、砂糖、タルタルソース かつお節ドレッシング	わかめ、豆腐、油揚げ、みそ 鶏肉 かつお節	ねぎ 小松菜、もやし、ぶなしめじ、にんじん	835	35.7
18	火	ご飯 ふりかけ(瀬戸風味) 小松菜の味噌汁 サバの竜田揚げ 切り干し大根煮	○	米 ごま、砂糖、片栗粉、水あめ 片栗粉、植物油 こんにゃく、植物油、砂糖	鰹削り節、卵、鰹削り節、のり 油揚げ、みそ さば(ノルウェー) さつま揚げ	小松菜、玉ねぎ しょうが 切り干し大根、にんじん、さやいんげん	810	32.3
19	水	スパイシー夏野菜カレー ひじきサラダ ヨーグルト	○	米、じゃがいも、植物油 ごまクリームドレッシング 砂糖	豚肉 ひじき、かにかまぼこ 乳・乳製品	しょうが、にんにく、玉ねぎ、なす、ズッキーニ にんじん、れんこん、きゅうり	962	32.0

◎食材購入等の都合により、使用食材を変更することがあります。

◎甲府市の学校給食に関する情報が載っています。
甲府市ホームページ>市民情報>教育・文化・スポーツ>教育>学校給食

【給食ができるまで工場ではこんなことがおこなわれています】

毎日4000食以上の給食を作成しています。

《学校給食使用食材の予定産地》

- 米・・・ブレンド米(山梨県産50%、青森県産・群馬県産・栃木県産50%)
- 鶏肉・・・北海道、新潟県
- 豚肉・・・山梨県、群馬県
- 魚介類・・・主な魚介類について、献立表に記載
- 青果類・・・甲府市ホームページに掲載



工場に入室する前に、ほこりや毛髪を取り除くために衣服にローラー掛けし、手洗いを念入りに行います。

このように大きな釜やジェットオーブンなどを使って調理しています。十分加熱されていることの確認をするために、中心温度を3点測って記録しています。

食缶に入れた後、安全確認してからフタをします。

