



# 令和6年2月 中学校給食予定献立表

(実施回数 19回)

甲府市教育委員会

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)
1	木	黒糖パン 里芋のクリームシチュー ミートグラタン キャベツのソテー	○	黒糖パン 里芋、砂糖 マカロニ、植物油、砂糖 植物油	鶏肉、牛乳 豚肉、大豆、ミックスチーズ ウインナー	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム 玉ねぎ キャベツ、ぶなしめじ、にんじん、ブロッコリー	942	37.0
2	金	《節分給食》 ご飯 ほっこり生姜スープ ししゃものフリッター 大根と豚肉のうま煮 節分豆	○	米 植物油、片栗粉 小麦粉、コーンフラワー、片栗粉、植物油 砂糖 砂糖	鶏肉 ししゃも(ノルウェー、アイスランド)、大豆たんぱく、卵 豚肉 大豆	白菜、えのきたけ、にんじん、しょうが 大根、にんじん、さやいんげん	803	28.7
5	月	ご飯 もずくスープ 鶏のねぎ塩焼き ポテトサラダ レモンゼリー	○	米 ごま油 じゃがいも、フレンチポンドレッシング、エッグフリーマヨネーズ 砂糖、水あめ	もずく、かまぼこ 鶏肉 ロースハム	えのきたけ、にんじん、チンゲン菜 ねぎ、しょうが、にんにく きゅうり、にんじん、とうもろこし レモン果汁、寒天	842	31.9
6	火	ご飯 ミルクココア 小松菜の味噌汁 ハンバーグのデミソース 春雨サラダ	○	米 ミルクココア パン粉、植物油、砂糖 春雨、中華ドレッシング	豆腐、油揚げ、みそ 鶏肉、大豆たんぱく 鶏肉	小松菜 玉ねぎ、エリンギ きゅうり、にんじん、とうもろこし	781	23.4
7	水	かつカレー コーンスローサラダ りんご	○	米、植物油、片栗粉、パン粉、小麦粉 コーンスロードレッシング	豚肉、大豆たんぱく、卵白 ツナフレーク	玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく キャベツ、カリフラワー、きゅうり、にんじん、とうもろこし りんご	910	25.2
8	木	シャインマスカットクルクルパン オニオンスープ 鶏肉のパン粉焼き 野菜ソテー	○	シャインマスカットクルクルパン ペイザンヌドレッシング、パン粉 植物油	ベーコン 鶏肉 ウインナー	玉ねぎ、白菜、にんじん、セロリ キャベツ、ブロッコリー、ぶなしめじ、にんじん	930	34.3
9	金	ご飯 豆腐の味噌汁 白身魚の香味ソース ひじきのそぼろ煮 ヨーグルト	○	米 片栗粉、植物油、砂糖、ごま油 植物油、砂糖、片栗粉 砂糖、片栗粉	豆腐、みそ たら(アメリカ) 豚肉、ひじき 乳・乳製品、ゼラチン	えのきたけ、玉ねぎ ねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、小松菜、にんじん いちご	872	35.9
13	火	ご飯 ぶりかけ(海苔香味) 白菜の味噌汁 豚肉と厚揚げの炒め物 ニラまんじゅう	○	米 ごま、砂糖 わかめ、油揚げ、みそ 小麦粉、こんにゃく粉、砂糖、こめ油	のり 豚肉、大豆粉	白菜 キャベツ、にら、ねぎ、にんにく、しょうが	840	34.7
14	水	《バレンタイン給食》 ご飯 コーンシチュー 鶏肉のトマトソース 大根サラダ ガトーショコラ	○	米 植物油 植物油、砂糖 青じそドレッシング 砂糖、米粉、植物油、ココアパウダー、片栗粉	ベーコン、牛乳、生クリーム 鶏肉 ロースハム 豆乳	とうもろこし、玉ねぎ トマト、玉ねぎ、にんにく 大根、さやいんげん、きゅうり、にんじん、黄ピーマン	871	38.4
15	木	そぼろパン ジュリアンヌスープ コロケ 花野菜ソテー	○	そぼろパン じゃがいも、砂糖、パン粉、小麦粉、植物油、片栗粉 植物油	かにかまぼこ 牛肉、大豆たんぱく	白菜、えのきたけ、にんじん、セロリ 玉ねぎ ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、にんじん	873	24.7
16	金	豚汁 さばのみりん醤油焼き れんこんサラダ 卵・乳不使用プリン	○	米 里芋、植物油 砂糖 ごまクリームドレッシング、エッグフリーマヨネーズ 砂糖、水あめ、植物油、アーモンドペースト	豚肉、油揚げ、みそ さば(ノルウェー)、イワシ煮干し ツナフレーク 豆乳	ごぼう、大根、にんじん、ねぎ れんこん、さやいんげん、にんじん にんじん汁、寒天	832	37.1
19	月	マーボー豆腐丼 根菜スープ スイートポテト	○	米、植物油、片栗粉、砂糖、ごま油、ラー油 こんにゃく さつまいも、砂糖、植物油、水あめ	豆腐、豚肉、みそ なるど	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、枝豆 にんじん、大根	849	29.6
20	火	ご飯 ほうれん草の味噌汁 鶏肉のゆずレモンソースかけ わかめサラダ	○	米 片栗粉、植物油、砂糖 和風香味玉ねぎドレッシング	油揚げ、みそ 鶏肉 わかめ	ほうれん草、ねぎ しょうが、ゆず果汁、レモン果汁 大根、カリフラワー、アスパラガス、にんじん	842	31.3
21	水	ご飯 白菜のスープ 青椒肉絲 チヂミ ヨーグルト	○	米 植物油、砂糖、片栗粉 米粉、じゃがいも、片栗粉、砂糖、植物油 砂糖	かまぼこ 豚肉 おから、大豆たんぱく 乳・乳製品	白菜、チンゲン菜、えのきたけ、ねぎ たけのこ、もやし、青ピーマン、赤ピーマン、しょうが、にんにく 玉ねぎ、にんじん、にら、にんにく	841	33.0
22	木	フィッシュバーガー トマトクリームスープ カラフルソテー	○	リングパン、パン粉、片栗粉、植物油、タルタルソース 植物油 植物油	すけそうたら(アメリカ、ロシア)、大豆粉 牛乳、生クリーム 豚肉	トマト、玉ねぎ、にんにく もやし、ブロッコリー、赤ピーマン、とうもろこし	843	33.6
26	月	牛丼 棒々鶏風サラダ みかんゼリー	○	米、しらたき、砂糖、片栗粉 棒々鶏ドレッシング 砂糖	牛肉 鶏肉	玉ねぎ、しょうが もやし、ブロッコリー、とうもろこし みかん果汁	940	32.0
27	火	ご飯 ミルクココア 大根の味噌汁 豚肉の生姜炒め かに玉風	○	米 ミルクココア 植物油、砂糖 片栗粉、砂糖、大豆油	油揚げ、みそ 豚肉 卵、かにかまぼこ	大根、ねぎ しょうが、玉ねぎ、たけのこ、さやいんげん、にんじん たけのこ、にんじん、しいたけ、ねぎ、グリーンピース	842	35.0
28	水	ご飯 わかめの味噌汁 チキン南蛮 和風サラダ	○	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	豆腐、わかめ、油揚げ、みそ 鶏肉 かにかまぼこ	ねぎ 小松菜、もやし、ぶなしめじ、にんじん	834	36.8
29	木	バターロールパン ペイザンヌスープ オムレツ 塩焼きそば	○	バターロールパン じゃがいも、バター 砂糖、片栗粉、大豆油 中華麺、植物油、ごま油	卵 豚肉	ズッキーニ、玉ねぎ、にんじん、セロリ キャベツ、もやし、にんじん、青ピーマン	857	28.5

◎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

《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 牛肉・・・山梨県

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

甲府市ホームページ学校給食QRコード

