



令和6年5月 学校給食予定献立表

(実施回数 21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	水	ご飯 もずくスープ 鶏のねぎ塩焼き ポテトサラダ	○	米 ごま油 じゃがいも、フレンチ白ドレッシング、エッグフリーマヨネーズ	もずく、かまぼこ 鶏肉 ロースハム	えのきたけ、チンゲン菜、にんじん ねぎ、しょうが、にんにく にんじん、きゅうり、とうもろこし	812	31.7
2	木	《こどもの日給食》 ハンバーグ パンプキンスープ カラフルソテー 柏餅	○	リンゴパン、パン粉、砂糖、植物油 植物油 植物油 あずき、米粉、砂糖、片栗粉、植物油	鶏肉、大豆たんぱく 牛乳、生クリーム ベーコン	玉ねぎ、トマト、にんにく かぼちゃ、玉ねぎ キャベツ、ブロッコリー、赤ピーマン	899	28.0
7	火	ハヤシライス かにかまサラダ スウィーティーゼリー	○	米、バター 青じそドレッシング グラニュー糖	豚肉、生クリーム わかめ、かにかまぼこ	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、しょうが、にんにく もやし、カリフラワー、アスパラガス スウィーティー果汁	830	30.9
8	水	豆腐の味噌汁 回鍋肉 春巻	○	米 植物油、砂糖、片栗粉 植物油、砂糖、片栗粉、小麦粉、米粉、春雨、粉あめ	豆腐、わかめ、みそ 豚肉 豚肉	ほうれん草 キャベツ、玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく にんじん、玉ねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが	811	28.9
9	木	黒糖パン ホワイトシチュー チキンのレモンペッパー焼き 花野菜サラダ	○	黒糖パン じゃがいも、植物油 レモンペッパー焼きオイル 和風ゆずドレッシング	豚肉、牛乳 鶏肉	玉ねぎ、にんじん、枝豆 ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、にんじん、とうもろこし	883	42.3
10	金	たけのご飯 わかめのすまし汁 ブリかつ 筑前煮	○	米、植物油、砂糖 パン粉、小麦粉、植物油 こんにゃく、植物油、砂糖	鶏肉、油揚げ かにかまぼこ、わかめ ぶり(日本) 鶏肉、さつま揚げ	たけのこ えのきたけ、ねぎ しょうが、にんじん、さやいんげん、たけのこ	796	34.5
13	月	マーボー豆腐丼 チンゲン菜の中華スープ ヨーグルト	○	米、植物油、片栗粉、砂糖、ごま油、ラー油 砂糖	豆腐、豚肉、みそ かまぼこ 乳・乳製品	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、枝豆 白菜、チンゲン菜、にんじん	811	31.5
14	火	ご飯 太平燕 鶏肉のカレー味噌焼 マカロニサラダ	○	米 春雨、植物油 マカロニ、フレンチ白ドレッシング、エッグフリーマヨネーズ	さつま揚げ、なると 鶏肉、カレー味噌 ツナフレーク	キャベツ、もやし きゅうり、にんじん、とうもろこし	796	37.9
15	水	ご飯 なめこの味噌汁 さばの塩焼き たけのごと豚肉の甘辛煮 パインアップル	○	米 しらたき、砂糖、植物油 砂糖	豆腐、みそ さば(ノルウェー) 豚肉、油揚げ	なめこ、ねぎ たけのこ、にんじん、さやいんげん パインアップル	812	39.2
16	木	そぼろパン オニオンスープ オムレツ ナポリタン	○	そぼろパン 砂糖、片栗粉、大豆油 スパゲッティ、植物油、砂糖	卵 ウインナー	玉ねぎ、白菜、にんじん、セロリ 玉ねぎ、マッシュルーム、青ピーマン	934	27.8
17	金	ご飯 小松菜の味噌汁 鶏のから揚げ ビーフン炒め	○	米 片栗粉、植物油 ビーフン、植物油、砂糖、ごま油	油揚げ、みそ 鶏肉 ロースハム	小松菜、玉ねぎ しょうが、にんにく ぶなしめじ、にんじん、キャベツ、にら	855	33.5
20	月	チキンカレー コーンスロースサラダ 日向夏ゼリー	○	米、じゃがいも、植物油 コーンスロースドレッシング 砂糖、片栗粉	鶏肉	しょうが、にんにく、にんじん、玉ねぎ キャベツ、カリフラワー、きゅうり、にんじん、とうもろこし ひゅうがなつ果汁	847	33.7
21	火	ご飯 白菜の味噌汁 厚揚げと豚肉の炒め物 ニラまんじゅう	○	米 植物油、砂糖 植物油、砂糖、小麦粉、こんにゃく粉、こめ油	わかめ、みそ 厚揚げ、豚肉、みそ 豚肉、大豆	白菜、えのきたけ キャベツ、にんじん、にんにく キャベツ、にら、ねぎ、にんにく、しょうが	810	33.2
22	水	ご飯 ほうれん草の味噌汁 鶏肉のレモンソースかけ 和風サラダ	○	米 じゃがいも 片栗粉、植物油、砂糖 ごまクリームドレッシング	油揚げ、みそ 鶏肉 かにかまぼこ	ほうれん草 しょうが、レモン果汁 キャベツ、大根、きゅうり、とうもろこし	843	36.7
23	木	はちみつパン ペイザンヌスープ ミニトグラタン キャベツのソテー	○	はちみつパン バター マカロニ、植物油、砂糖 植物油	豚肉、大豆、ミックスチーズ ウインナー	ズッキーニ、黄ピーマン、赤ピーマン、玉ねぎ、にんじん 玉ねぎ キャベツ、さやいんげん、にんじん、とうもろこし、ぶなしめじ	820	33.5
24	金	ご飯 豆腐の味噌汁 揚げ魚の香味ソース ひじきのそぼろ炒め煮 フルーツ杏仁	○	米 片栗粉、植物油、砂糖、ごま油 植物油、砂糖、片栗粉 水あめ、片栗粉	豆腐、みそ モウカ(宮城) 豚肉、ひじき 豆乳	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 ももピューレ、あんず果汁	844	34.7
27	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 小麦粉、片栗粉、植物油、大豆油	みそ 豚肉 ちくわ、アオサ	大根、玉ねぎ、ぶなしめじ にんじん、白菜、ねぎ	845	32.5
28	火	ご飯 沢煮椀 鶏のごま照り焼き 切り干し大根のナムル 焼きドーナツ	○	米 ごま、砂糖、植物油 ナムルドレッシング 小麦粉、砂糖、片栗粉、植物油、水あめ	豚肉 鶏肉 ツナフレーク 卵、豆乳	小松菜、ごぼう、にんじん、えのきたけ 切り干し大根、もやし、ほうれん草、にんじん	830	39.2
29	水	ご飯 ふりかけ(瀬戸風味) キャベツの味噌汁 シルバーのみりん醤油焼き 肉じゃが	○	米 ごま、砂糖、片栗粉、水あめ 砂糖 しらたき、じゃがいも、植物油、砂糖	鰯削り節、卵、鰹削り節、のり 油揚げ、みそ シルバー(ニュージーランド)、イワシ煮干し 豚肉	キャベツ、ねぎ 玉ねぎ、にんじん、グリーンピース	798	37.4
30	木	ミルクパン チキンスープ 野菜コロッケ カスレ	○	ミルクパン じゃがいも、植物油、小麦粉、パン粉、砂糖、片栗粉 じゃがいも、植物油	鶏肉 豚肉、ベーコン、ミックスビーンズ	キャベツ、小松菜、にんじん 玉ねぎ、にんじん、とうもろこし、さやいんげん にんにく、トマト、玉ねぎ	829	29.5
31	金	肉丼 わかめスープ ミルクプリン	○	米、しらたき、砂糖、片栗粉 砂糖、植物油	豚肉 わかめ、豆腐 乳・乳製品	玉ねぎ、にんじん、しょうが もやし、ねぎ、たけのこ	833	34.5

◎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。

<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/kyoiku/kyoiku/kyushoku/index.html>

《学校給食使用食材の予定産地》

米・・・ブレンド米(山梨県産あさひのゆめ60%、青森県産まっしぐら40%)

鶏肉・・・新潟県、北海道

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