

(A) 令和 7年 2月 学校給食予定献立表 (実施回数18回)

今月の食に関する指導のめあて：給食に関わっている人々に感謝し、食べ物を大切にしよう (甲府市小学校)

日	曜日	こ ん だ て め い	食 品 名 と そ の 備 考				エネルギー			
			(きいろのゆかき) 熱や力にやるもの		(あかのゆかき) 血や肉にやるもの		(みどりのゆかき) 体の調子を整えるもの		(Kcal)	
									たんぱく質 (g)	
3	月	～せつぶんじょうしゅく～							621	
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう				
		いわしのかばやき	かたくりこ　こむぎこ　あぶら　ごま　さとう		いわし	しょうが				
		いなか	こんにゃく　さとう　あぶら		ぶたにく　こんぶ　にぼし	だいこん　にんじん　さやいんげん				
		こまつなのみそしる	ぶくめ		みそ　にぼし	だいず	にんじん　たまねぎ　えのきたけ　こまつな　ねぎ			
4	火	ミルクパン	ぎゅうにゅう	パン			ぎゅうにゅう			570
		ハンバーグデミチーズやき	パンこ　あぶら　さとう		とりにく　だいず　ぶたにく　ぎゅうにく　たまご　チーズ	たまねぎ				
		ツナとやさいのソテー	あぶら		まぐろあぶらづけ	ほうれんそう　にんじん　たまねぎ　もやし　きピーマン				
		ポトフ	じゃがいも		ウインナー	たまねぎ　にんじん　キャベツ				
		ちゅうかどん	ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　あぶら　かたくりこ　ごまあぶら	ぶたにく　なると	ぎゅうにゅう	にんじん　たまねぎ　はくさい　チンゲンサイ　たけのこ　しょうが　にんにく			
5	水	あげえびしゅうまい	こむぎこ　かたくりこ　さとう　あぶら		すけそうだら　ぶたにく　えび　とうふ　たまご	たまねぎ		618		
		もずくスープ			もずく　とうふ	えのきたけ　こまつな　ホールコーン　ねぎ				
		いよかんゼリー	さとう				いよかんかじゅう			
		バターロールパン	にゅういんりょう	パン		にゅういんりょう	マスカットかじゅう		596	
		てりやきチキン	さとう　かたくりこ		とりにく	しょうが　にんにく				
グリーンサラダ	ドレッシング				にんじん　キャベツ　ブロッコリー　さやいんげん					
はくさいのクリームスープ	あぶら　ホワイトルウ		ベーコン　ぎゅうにゅう　なまクリーム	たまねぎ　にんじん　はくさい　えだまめ		26.8				
ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう						
ぶりのたつたあげ	かたくりこ　こむぎこ　あぶら		ぶり	しょうが						
わふうサラダ	ドレッシング				はくさい　にんじん　ほうれんそう　もやし					
とんじる	こんにゃく　さといも　あぶら		ぶたにく　とうふ　みそ　にぼし	ごぼう　にんじん　だいこん　ねぎ						
10	月	きなごシナモンあげパン	ぎゅうにゅう	パン　あぶら　グラニューとう	きなご	ぎゅうにゅう			587	
		ポテのコンソメ	じゃがいも				えだまめ　ホールコーン			
		にくだんごスープ	かたくりこ		とりにく　ぶたにく	たまねぎ　にんじん　はくさい　えのきたけ　ほうれんそう				
		ヨーグルト			ヨーグルト					
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう				
12	水	さけのオイマヨやき	マヨネーズ		さけ	しょうが　たまねぎ		643		
		ビーフンいため	ビーフン　あぶら		ぶたにく	たまねぎ　にんじん　ぶなしめじ　キャベツ　ピーマン				
		とうふチゲ			とうふ　みそ	もやし　にんじん　にら　はくさい　はくさいキムチ				
		ステッキパン	ぎゅうにゅう	パン		ぎゅうにゅう				
		よしだのうどん	うどん　ごまあぶら　さとう　ごま		あぶらあげ　みそ　にぼし　ぶたにく	にんじん　キャベツ　ねぎ　たまねぎ				
13	木	ちくわのカレーあげ	こむぎこ　かたくりこ　あぶら		ちくわ			631		
		いろうりため	あぶら				はくさい　ホールコーン　にんじん　こまつな			
		きんぴらごはん	ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　あぶら　さとう	ぶたにく　あぶらあげ　にぼし	ぎゅうにゅう	ごぼう　にんじん　さやいんげん			
		とりにくのしおこうじやき			とりにく	しょうが　にんにく　ねぎ				
		あおなのおかか			かつおぶし	キャベツ　にんじん　こまつな　はくさい				
14	金	だいこんのみそしる			わかめ　みそ　にぼし	だいこん　えのきたけ　たまねぎ　ねぎ		556		
		スパゲッティミートソース	ぎゅうにゅう	スパゲッティ　あぶら　さとう	ぶたにく　だいず	ぎゅうにゅう	たまねぎ　セロリー　にんにく　トマト			
		やさいスープ			ウインナー	キャベツ　たまねぎ　にんじん　ホールコーン　ブロッコリー				
		ワッフル	さとう　こむぎこ　あぶら　バター　かたくりこ		スキムミルク　たまご					
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう				
18	火	さばのあまみそやき	さとう		さば　みそ	しょうが		660		
		にくじゃが	しらたき　じゃがいも　あぶら　さとう		ぶたにく　かつおぶし	たまねぎ　にんじん　さやいんげん				
		ふのすましじる	ふ		とうふ　かつおぶし	にんじん　えのきたけ　ほうれんそう　ねぎ				
		きなこトースト	ぎゅうにゅう	パン　マーガリン　グラニューとう	きなご	ぎゅうにゅう				
		ちゅうかい	あぶら		ぶたにく	たまねぎ　にんじん　キャベツ　チンゲンサイ　しょうが　にんにく				
19	水	ワンタンスープ	こむぎこ　かたくりこ　あぶら		ぶたにく　だいず	たまねぎ　しょうが　にんじん　ぶなしめじ　はくさい　にら　ねぎ				
		デコボン					デコボン			
		たまごいりチャーハン	ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　あぶら	やきぶた　たまご	ぎゅうにゅう	にんじん　ねぎ　グリーンピース　しょうが　にんにく			
		パンパンソーサラダ	ドレッシング		とりにく	キャベツ　にんじん　だいこん　さやいんげん				
		わかめスープ			わかめ　なると	たまねぎ　えのきたけ　チンゲンサイ　ねぎ				
20	木	あんにとん	さとう		れんにゅう			20.6		
		こくとうパン	ぎゅうにゅう	パン		ぎゅうにゅう				
		こうやどうふのグラタン	あぶら　ホワイトルウ		とりにく　こうやどうふ　ぎゅうにゅう　なまクリーム　チーズ	たまねぎ　にんじん　ぶなしめじ　えだまめ				
		はなやさいサラダ	ドレッシング				ブロッコリー　カリフラワー　ホールコーン　あかピーマン			
		ジュリアンヌスープ			いとがまぼこ	キャベツ　たまねぎ　にんじん　セロリー　ほうれんそう				
25	火	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう			616	
		ぶたにくのしょうがい	さとう　あぶら		ぶたにく　みそ	しょうが　にんにく　たまねぎ				
		あおなのいため	あぶら		さつまあげ	たまねぎ　にんじん　もやし　こまつな				
		さつまいものみそしる	さつまいも		あぶらあげ　みそ　にぼし	にんじん　えのきたけ　だいこん　ねぎ				
		こどもパン	ぎゅうにゅう	パン		ぎゅうにゅう				
26	水	しろみぎかなのコーンマヨネーズやき	マヨネーズ		すけそうだら　チーズ	たまねぎ　ホールコーン　パセリ		611		
		ブロッコリーのソテー	あぶら		ぶたにく	にんじん　エリンギ　ブロッコリー　カリフラワー　にんにく				
		ミネストローネ	じゃがいも　あぶら　マカロニ		ベーコン	にんじん　たまねぎ　セロリー　トマト				
		ハヤシライス	ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　あぶら　ハヤシルウ	ぶたにく　こなチーズ　なまクリーム	ぎゅうにゅう	たまねぎ　にんじん　ぶなしめじ　しょうが　にんにく　トマト			
		ひじきサラダ	ドレッシング		ひじき	だいこん　キャベツ　にんじん　ホールコーン　えだまめ				
27	木	いちごジュレ	さとう　ナタデココ				いちごかじゅう　パインアップル	20.2		
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう				
		クリスマスチキン	こむぎこ　コーンフレーク　パンこ　あぶら		とりにく	にんにく				
		ウインナーとキャベツのソテー	あぶら		ウインナー	キャベツ　にんじん　もやし　ピーマン				
		かぶのスープ			ベーコン	たまねぎ　にんじん　かぶ　ほうれんそう				
28	金	そばろパン	ぎゅうにゅう	パン		ぎゅうにゅう			616	
		クリスピーチキン	こむぎこ　コーンフレーク　パンこ　あぶら		とりにく	にんにく				
		ウインナーとキャベツのソテー	あぶら		ウインナー	キャベツ　にんじん　もやし　ピーマン				
		かぶのスープ			ベーコン	たまねぎ　にんじん　かぶ　ほうれんそう				
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう				

◎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。

毎月19日は食育の日です。

◎加工食品等については一部のみを記載しています。

◎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>

(B) 令和 7年 2月 学校給食予定献立表 (実施回数18回)

今月の食に関する指導のめあて：給食に関わっている人々に感謝し、食べ物を大切にしよう (甲府市小学校)

日	曜日	こ ん だ て め い	食 品 名 と そ の 備 考				エネルギー	
			(きいろのゆかり) 糖や力にさるもの		(あかのゆかり) 血や肉にさるもの		(みどりのゆかり) 体の調子を整えるもの	(Kcal)
								たんぱく質 (g)
3	月	～せつぶんせうしゅく～						
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			621
		いわしのかばやき		かたくりこ こむぎこ あぶら こま さとう	いわし	しょうが		
		いなかに		こんにゃく さとう あぶら	ぶたにく こんぶ にぼし	だいこん にんじん さやいんげん		
4	火	こまつなのみそしる	ぶくめ		みそ にぼし	だいず	にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな ねぎ	25.1
		ちゅうかどん	ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら かたくりこ こまあぶら	ぶたにく なた	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ だけのこ しょうが にんにく	618
		あげえびしゅうまい		こむぎこ かたくりこ さとう あぶら	すけそうだら ぶたにく えび とうふ たまご	たまねぎ		
		もずくスープ			もずく とうふ	えのきたけ こまつな ホールコーン ねぎ		
5	水	いよかんゼリー		さとう			いよかんかじゅう	22.0
		ミルクパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			570
		ハンバーグデミチーズやき		パンこ あぶら さとう	とりにく だいず ぶたにく ぎゅうにゅう たまご チーズ	たまねぎ		
		ツナとやさいのソテー		あぶら	まぐろあぶらづけ	ほうれんそう にんじん たまねぎ もやし きピーマン		
6	木	ポトフ		じゃがいも	ウィンナー		たまねぎ にんじん キャベツ	29.9
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			644
		ぶりのたつたあげ		かたくりこ こむぎこ あぶら	ぶり	しょうが		
		わふうサラダ		ドレッシング		はくさい にんじん ほうれんそう もやし		
7	金	とんじり		こんにゃく さといも あぶら	ぶたにく とうふ みそ にぼし	こほう にんじん だいこん ねぎ	27.9	
		バターロールパン	にゅういんりょう	パン	にゅういんりょう	マスカットかじゅう		
		てりやきチキン		さとう かたくりこ	とりにく	しょうが にんにく		
		グリーンサラダ		ドレッシング		にんじん キャベツ ブロッコリー さやいんげん		
10	月	はくさいのクリームスープ		あぶら ホワイトルウ	ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム	たまねぎ にんじん はくさい えだまめ	26.8	
		ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			643
		さけのオイマヨやき		マヨネーズ	さけ	しょうが たまねぎ		
		ビーフンいため		ビーフン あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん ぶなしめじ キャベツ ピーマン		
12	水	とうふチゲ			とうふ みそ	もやし にんじん いら はくさい はくさいキムチ	29.0	
		きなこシナモンあげパン	ぎゅうにゅう	パン あぶら グラニューとう	きなこ ぎゅうにゅう			587
		ポテトのコンソメに		じゃがいも		えだまめ ホールコーン		
		にくだんごスープ		かたくりこ	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ほうれんそう		
13	木	ヨーグルト			ヨーグルト			24.1
		きんぴらごはん	ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ にぼし ぎゅうにゅう	こほう にんじん さやいんげん		
		とりにくのしおこうじやき			とりにく	しょうが にんにく ねぎ		
		あおなのおかか			かつおぶし	キャベツ にんじん こまつな はくさい		
14	金	だいこんのみそしる			わかめ みそ にぼし	だいこん えのきたけ たまねぎ ねぎ	26.6	
		ステッキパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			631
		よしだのうどん		うどん こまあぶら さとう こま	あぶらあげ みそ にぼし ぶたにく	にんじん キャベツ ねぎ たまねぎ		
		ちくわのカレーあげ		こむぎこ かたくりこ あぶら	ちくわ			
17	月	いろいろいため		あぶら		はくさい ホールコーン にんじん こまつな	29.3	
		そぼろパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			616
		クリスピーチキン		こむぎこ コーンフレーク パンこ あぶら	とりにく	にんにく		
		ウィンナーとキャベツのソテー		あぶら	ウィンナー	キャベツ にんじん もやし ピーマン		
18	火	かぶのスープ			ベーコン	たまねぎ にんじん かぶ ほうれんそう	30.5	
		スパゲッティミートソース	ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう	ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	たまねぎ セロリー にんにく トマト		
		やさいスープ			ウィンナー	キャベツ たまねぎ にんじん ホールコーン ブロッコリー		
		ワッフル		さとう こむぎこ あぶら バター かたくりこ	スキムミルク たまご			
19	水	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			660
		さばのあまみそやき		さとう	さば みそ	しょうが		
		にくじゃが		しらたき じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく かつおぶし	たまねぎ にんじん さやいんげん		
		ふのすましじる		ふ	とうふ かつおぶし	にんじん えのきたけ ほうれんそう ねぎ		
20	木	きなこトースト	ぎゅうにゅう	パン マーガリン グラニューとう	きなこ ぎゅうにゅう			620
		ちゅうかいため		あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ しょうが にんにく		
		ワンタンスープ		こむぎこ かたくりこ あぶら	ぶたにく だいず	たまねぎ しょうが にんじん ぶなしめじ はくさい いら ねぎ		
		デコボン				デコボン		
21	金	たまごいりチャーハン	ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら	やきぶた たまご ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ グリンピース しょうが にんにく	546	
		パンパンソーサラダ		ドレッシング	とりにく	キャベツ にんじん だいこん さやいんげん		
		わかめスープ			わかめ なた	たまねぎ えのきたけ チンゲンサイ ねぎ		
		あんぱん		さとう	れんにゅう			
25	火	こくとうパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			581
		こうやどうふのグラタン		あぶら ホワイトルウ	とりにく こうやどうふ ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ えだまめ		
		はなやさいサラダ		ドレッシング		ブロッコリー カリフラワー ホールコーン あかピーマン		
		ジュリアンヌスープ			いとがまぼこ	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー ほうれんそう		
26	水	ごはん	ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			616
		ぶたにくのしょうがいため		さとう あぶら	ぶたにく みそ	しょうが にんにく たまねぎ		
		あおなのいためもの		あぶら	さつまあげ	たまねぎ にんじん もやし こまつな		
		さつまいものみそしる		さつまいも	あぶらあげ みそ にぼし	にんじん えのきたけ だいこん ねぎ		
27	木	こどもパン	ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			611
		しろみぎかなのコーンマヨネーズやき		マヨネーズ	すけそうだら チーズ	たまねぎ ホールコーン パセリ		
		ブロッコリーのソテー		あぶら	ぶたにく	にんじん エリンギ ブロッコリー カリフラワー にんにく		
		ミネストローネ		じゃがいも あぶら マカロニ	ベーコン	にんじん たまねぎ セロリー トマト		
28	金	ハヤシライス	ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら ハヤシルウ	ぶたにく こなチーズ なまクリーム ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ぶなしめじ しょうが にんにく トマト	679	
		ひじきサラダ		ドレッシング	ひじき	だいこん キャベツ にんじん ホールコーン えだまめ		
		いちごジュレ		さとう ナタデココ		いちごかじゅう バインアップル		

◎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。

毎月19日は食育の日です。

◎加工食品等については一部のみを記載しています。

◎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>