

7・8月



令和 7年 7・8月 学校給食予定献立表

(実施回数 15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)
7 月								
1	火	ご飯	○	米			827	36.7
		ほうれん草の味噌汁			凍り豆腐、みそ	ほうれん草、玉ねぎ		
		鶏のねぎ塩焼き		ごま油	鶏肉	ねぎ、しょうが、にんにく		
		肉じゃが		しらたき、じゃがいも、植物油、砂糖	豚肉	玉ねぎ、にんじん、枝豆		
2	水	ビビンバ	○	米、押麦、ごま、砂糖、ごま油	豚肉、卵	しょうが、にんにく、ほうれん草、もやし、にんじん	811	33.8
		もずくスープ			もずく、なると	ねぎ、にんじん		
		ヨーグルト		砂糖	乳・乳製品			
3	木	黒糖パン	○	黒糖パン			803	26.6
		白菜スープ			ベーコン	白菜、玉ねぎ		
		オムレツ		砂糖、片栗粉、大豆油	卵			
		塩焼きそば		中華麺、植物油、ごま油	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、青ピーマン		
4	金	ご飯	○	米			790	33.8
		味噌けんちん汁		植物油	豆腐、油揚げ、みそ	ごぼう、大根、にんじん		
		白身魚のオニオンソース		片栗粉、植物油、具沢山ドレッシングオニオン	たら			
		野菜炒め		植物油	豚肉、さつま揚げ	キャベツ、もやし、にんじん		
7	月	《七夕の日給食》	○				769	34.5
		ご飯		米				
		春雨スープ		春雨、ごま油		おくら、玉ねぎ、にんじん		
		チキンのレモンペッパー焼き		レモンペッパー焼きオイル	鶏肉			
		カラフルソテー		植物油	ウインナー	ブロッコリー、キャベツ、赤ピーマン		
8	火	七夕ゼリー	砂糖、水あめ、片栗粉	豆乳、寒天		791	31.3	
		ご飯	米					
		小松菜の味噌汁		油揚げ、みそ	小松菜、玉ねぎ			
		サバの竜田揚げ	片栗粉、植物油	さば	しょうが			
9	水	大根の炒め煮	○	こんにゃく、植物油、砂糖	さつま揚げ	大根、にんじん、さやいんげん	844	31.4
		マーボー豆腐丼		米、押麦、植物油、砂糖、ラー油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚肉、みそ	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、枝豆		
		オニオンスープ			ベーコン	玉ねぎ、白菜、にんじん		
		ヨーグルト		砂糖	乳・乳製品、ゼラチン、寒天			
10	木	キャロットロール	○	キャロットロール			798	34.3
		ミネストローネ		じゃがいも、砂糖	ベーコン	ズッキーニ、玉ねぎ、にんじん、セロリ、にんにく、トマト		
		マカロニグラタン		マカロニ、植物油	鶏肉、ミックスチーズ、牛乳	マッシュルーム、玉ねぎ		
		コールスローサラダ			ツナフレーク			
11	金	ご飯	○	米			819	35.7
		豆腐の味噌汁			わかめ、豆腐、油揚げ、みそ	ねぎ		
		チキン南蛮		片栗粉、植物油、砂糖、タルタルソース	鶏肉			
		青菜のおかか和え		かつお節ドレッシング	かつお節	小松菜、もやし、ぶなしめじ、にんじん		
14	月	ご飯	○	米			854	32.6
		凍り豆腐の味噌汁			凍り豆腐、みそ	大根、玉ねぎ、えのきたけ		
		すき焼き風煮		しらたき、植物油、砂糖	豚肉	にんじん、白菜、ねぎ		
		竹輪の磯辺揚げ		小麦粉、片栗粉、植物油、大豆油	ちくわ、アオサ			
15	火	ご飯	○	米			830	30.3
		ちゃんぽんスープ		植物油	豚肉、さつま揚げ	チンゲン菜、もやし、にんじん		
		白身魚のトマトソース		片栗粉、植物油、砂糖	たら	にんにく、トマト、玉ねぎ		
		ポテトサラダ		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	鶏肉	にんじん、きゅうり		
16	水	スパイシー夏野菜カレー	○	米、押麦、じゃがいも、植物油	豚肉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、なす、枝豆、赤ピーマン	864	31.4
		わかめ入りサラダ		青しそドレッシング	わかめ、かにかまぼこ	大根、さやいんげん、きゅうり、にんじん		
		パインアップル		砂糖		パインアップル		
17	木	そぼろパン	○	そぼろパン			960	30.0
		キャベツのコンソメスープ			かまぼこ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん		
		チキンカツ		植物油、パン粉、小麦粉、片栗粉	鶏肉、大豆たんぱく			
		春雨サラダ		春雨、ナムルドレッシング	ロースハム	きゅうり、にんじん、とうもろこし		
8 月								
28	木	《フランスポー市姉妹都市50周年記念給食》	○				988	30.6
		バターロールパン		バターロールパン				
		ポトフ		じゃがいも	ウインナー	玉ねぎ、にんじん、キャベツ		
		クリーミーコーンコロッケ		小麦粉、植物油、砂糖、パン粉、コーンフラワー、水あめ、片栗粉	牛乳、大豆	とうもろこし		
		キャロットラペ		フレンチドレッシング	ツナフレーク	にんじん、きゅうり、玉ねぎ、とうもろこし		
		エクレア		植物油、小麦粉、練乳、砂糖、チョコレート	卵、脱脂粉乳、ゼラチン			
29	金	《野菜の日給食》	○				812	33.3
		ご飯		米				
		野菜たっぷり味噌汁		さつまいも	油揚げ、みそ	白菜、ねぎ		
		焼き肉		植物油	豚肉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、青ピーマン		
		ニラまんじゅう		こめ油、小麦粉、こんにゃく粉、砂糖	豚肉、大豆	キャベツ、にら、ねぎ、にんにく、しょうが		

◎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>