

(A) 令和 8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           | 食品名とその働き                   |                              |                           | エネルギー<br>(kcal)                |                                   |      |
|-------|----|------------------|----------------------------|------------------------------|---------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------|
|       |    |                  | (白いろのちがみ)<br>歯や力にちがむもの     | (あかのちがみ)<br>血や肉にちがむもの        | (みどりのちがみ)<br>体のつよさをちがへるもの |                                |                                   |      |
| 2     | 月  | ～せつばんせうしやく～      |                            |                              |                           |                                |                                   |      |
|       |    | ステッキパン           | パン                         |                              | ぎゅうにゅう                    | 580                            |                                   |      |
|       |    | にこみうどん           | うどん                        | ぶたにく あぶらあげ かまぼこ にぼし          | にんじん だいこん ぶなしめじ ねぎ        |                                |                                   |      |
|       |    | いわしのかりかりあげ       | こむぎこ かたくりこ あぶら             | いわし だいす                      |                           | 24.5                           |                                   |      |
| 3     | 火  | あおなのいためもの        | せつばんまめ                     | あぶら もちごめ さとう                 | ハム だいす                    | キャベツ もやし にんじん こまつな             |                                   |      |
|       |    | ごはん              | ぎゅうにゅう                     | こめ                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | とりにくのねぎみそやき      | さとう                        | とりにく みそ                      |                           | ねぎ しょうが                        | 579                               |      |
|       |    | だいこんのきんぴら        | こんにやく あぶら さとう              | ぶたにく かつおぶし                   |                           | にんじん だいこん さやいんげん               |                                   |      |
|       |    | すましじる            | ふ                          | とうふ かつおぶし                    |                           | にんじん えのきだけ ほうれんそう              | 27.0                              |      |
| 4     | 水  | こどもパン            | ぎゅうにゅう                     | パン                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | ピーンズグラタン         | マカロニ あぶら ホワイトルウ            | ベーコン ひよこまめ ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ |                           | たまねぎ にんじん えだまめ                 | 583                               |      |
|       |    | イタリアンサラダ         | 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    |                                   |      |
|       |    | いとかまスープ          |                            | いとかまぼこ                       |                           | たまねぎ にんじん えのきだけ はくさい           | 26.3                              |      |
| 5     | 木  | カレーライス           | ぎゅうにゅう                     | こめ むぎ じゃがいも あぶら カレールウ        | ぶたにく こなチーズ スキムミルク ヨーグルト   | ぎゅうにゅう                         | たまねぎ しょうが にんにく にんじん りんご           | 652  |
|       |    | ひじきサラダ           |                            | ドレッシング                       |                           | ひじき                            | キャベツ だいこん にんじん さやいんげん ホールコーン      |      |
|       |    | ぼんかん             |                            |                              |                           |                                | ぼんかん                              | 20.7 |
| 6     | 金  | そぼろパン            | ぎゅうにゅう                     | パン                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | しいらのマリネ          | こむぎこ かたくりこ あぶら ドレッシング さとう  | しいら                          |                           |                                | たまねぎ                              | 586  |
|       |    | ほうれんそうのソテー       | あぶら                        | ぶたにく                         |                           | ほうれんそう にんじん もやし きピーマン          |                                   |      |
|       |    | ABCマカロニスープ       | マカロニ                       | とりにく                         |                           | はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー          | 31.0                              |      |
| 9     | 月  | ごはん              | ぎゅうにゅう                     | こめ                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | さわらのさっぱりやき       | ドレッシング さとう こま ごまあぶら        | さわら                          |                           | しょうが ねぎ                        | 590                               |      |
|       |    | やさいのそぼろに         | さとう                        | とりにく                         |                           | しょうが はくさい にんじん こまつな            |                                   |      |
|       |    | とんじる             | こんにやく さつまいも 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               | 29.1                              |      |
| 10    | 火  | ミルクパン            | ぎゅうにゅう                     | パン                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | チキンカツ            | こむぎこ パンこ あぶら               | とりにく                         |                           |                                | 611                               |      |
|       |    | カラフルサラダ          | ドレッシング                     |                              |                           | キャベツ ブロッコリー あかピーマン さやいんげん にんじん |                                   |      |
|       |    | コーンシチュー          | じゃがいも あぶら ホワイトルウ           | ぎゅうにゅう なまクリーム                |                           | たまねぎ にんじん ホールコーン えだまめ          | 30.4                              |      |
| 12    | 木  | ピピンパ             | ぎゅうにゅう                     | こめ むぎ あぶら さとう こま ごまあぶら かたくりこ | ぶたにく たまご みそ               | ぎゅうにゅう                         | にんにく にんじん もやし ほうれんそう              |      |
|       |    | ばいたんスープ          |                            | はるさめ                         |                           | なると                            | にんじん ぶなしめじ はくさい いら ねぎ             | 686  |
|       |    | レモンソーダゼリー        | さとう                        |                              |                           |                                | レモンかじゅう                           | 25.0 |
| 13    | 金  | ココアトースト          | ぎゅうにゅう                     | パン マーガリン グラニューとう             |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | チキンピンス           | マカロニ あぶら さとう               | とりにく だいす                     |                           | たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく トマト   | 696                               |      |
|       |    | コンソメスープ          |                            |                              | ベーコン                      |                                | にんじん たまねぎ キャベツ かぶ ほうれんそう          |      |
|       |    | ヨーグルト            |                            |                              | ヨーグルト                     |                                |                                   | 27.5 |
| 16    | 月  | ごはん              | ぎゅうにゅう                     | こめ                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | チキンなんばんタルタルソースがけ | かたくりこ こむぎこ あぶら さとう タルタルソース | とりにく                         |                           |                                | 632                               |      |
|       |    | キャベツのしおこんぶいため    | あぶら                        | ぶたにく こんぶ                     |                           | にんじん キャベツ もやし ピーマン             |                                   |      |
|       |    | だいこんのみそしる        |                            | あぶらあげ みそ にぼし                 |                           | だいこん にんじん ぶなしめじ ねぎ             | 30.9                              |      |
| 17    | 火  | やきにくサンド          | ぎゅうにゅう                     | パン あぶら さとう こま ごまあぶら          | ぶたにく                      | ぎゅうにゅう                         | にんにく たまねぎ もやし あかピーマン              |      |
|       |    | パンポテサラダ          | じゃがいも ドレッシング               |                              |                           | かぼちゃ えだまめ ホールコーン               | 638                               |      |
|       |    | やさいスープ           |                            |                              | ウインナー                     |                                | にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう             | 28.5 |
| 18    | 水  | たまごいりチャーハン       | ぎゅうにゅう                     | こめ むぎ あぶら                    | ぶたにく 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          |      |
|       |    | パンパンジーサラダ        | ドレッシング                     |                              | とりにく                      |                                | もやし にんじん キャベツ ほうれんそう              | 559  |
|       |    | わかめスープ           |                            |                              | わかめ なると                   |                                | えのきだけ たまねぎ ホールコーン                 |      |
|       |    | あおりんごゼリー         | さとう                        |                              |                           |                                | りんごかじゅう                           | 20.7 |
| 19    | 木  | きなこキャラメルあげパン     | 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                         |                                   |      |
|       |    | じゃがいものつぶマスタードいため | じゃがいも あぶら                  | ベーコン                         |                           | たまねぎ えだまめ                      | 590                               |      |
|       |    | にくだんごのトマトスープ     | かたくりこ あぶら                  | とりにく ぶたにく だいす                |                           | たまねぎ にんじん セロリー キャベツ さやいんげん トマト |                                   |      |
|       |    | オレンジ             |                            |                              |                           |                                | オレンジ                              | 22.3 |
| 20    | 金  | なめし              | ぎゅうにゅう                     | こめ むぎ さとう                    | かつおぶし                     | ぎゅうにゅう                         | ひろしまな きょうな だいこんば                  |      |
|       |    | ほっけのしおやき         |                            |                              | ほっけ                       |                                |                                   | 544  |
|       |    | ぶたにくとごぼうのいために    | こんにやく あぶら さとう こま ごまあぶら     | ぶたにく にぼし                     |                           | ごぼう にんじん さやいんげん                |                                   |      |
| なめこじる |    | とうふ わかめ みそ にぼし   |                            | なめこ ねぎ                       | 28.0                      |                                |                                   |      |
| 24    | 火  | ことうパン            | ぎゅうにゅう                     | パン                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | ハンバーグピザソースやき     | さとう                        | ぶたにく とりにく だいす かたくりこ チーズ      |                           | たまねぎ ピーマン                      | 591                               |      |
|       |    | いかとブロッコリーのソテー    | あぶら                        |                              | いか                        |                                | にんじん ぶなしめじ ホールコーン ブロッコリー にんにく     |      |
|       |    | ポトフ              | じゃがいも                      |                              | ウインナー                     |                                | たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん             | 32.1 |
| 25    | 水  | ごはん              | ぎゅうにゅう                     | こめ                           |                           | ぎゅうにゅう                         |                                   |      |
|       |    | さばのたつたあげ         | かたくりこ こむぎこ あぶら             | さば                           |                           | しょうが                           | 686                               |      |
|       |    | やさいのドレッシングがけ     | ドレッシング                     |                              | とりにく                      |                                | にんじん えのきだけ はくさい こまつな              |      |
|       |    | とうにゅうじる          | さつまいも                      | とうふ とうにゅう みそ にぼし             |                           | にんじん だいこん ねぎ                   | 24.8                              |      |
| 26    | 木  | ジャージャーめん         | ぎゅうにゅう                     | ちゅうかめん あぶら かたくりこ ごまあぶら       | ぶたにく だいす みそ               | ぎゅうにゅう                         | キャベツ もやし たまねぎ にんじん たけのこ しょうが にんにく |      |
|       |    | もずくスープ           |                            |                              | もずく                       |                                | にんじん ホールコーン ほうれんそう ねぎ             | 626  |
|       |    | プリンタルト           | こむぎこ マーガリン さとう             | たまご スキムミルク                   |                           |                                |                                   | 23.1 |
| 27    | 金  | ねぎしおぶたどん         | ぎゅうにゅう                     | こめ むぎ あぶら ごまあぶら              | ぶたにく                      | ぎゅうにゅう                         | キャベツ もやし ねぎ ピーマン しょうが にんにく        |      |
|       |    | にんじんしりしり         | あぶら                        | まぐろあぶらづけ たまご                 |                           | にんじん たまねぎ えだまめ                 | 619                               |      |
|       |    | あつあげとこまつなのみそしる   |                            | あつあげ みそ にぼし                  |                           | にんじん たまねぎ えのきだけ こまつな           | 28.0                              |      |

◎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。

◎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。

