

(A) 令和 8年 4月 学校給食予定献立表 (実施回数16回)

今月の食に関する指導のめあて: 食事のマナーを守って楽しい給食にしよう (甲府市小学校)

日	曜日	こんだてめい	食品名とその備き			エネルギー		
			(あかのむかき) 血や肉に含むもの	(みどりのむかき) 体の調子を整えるもの	(きいろのむかき) 熱や力に含むもの	(Kcal) たんぱく質 (g)		
8	水	きなこあげパン	ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう	パン あぶら グラニューとう	625	
		チリコンカン		ぶたにく しろいんげんまめ あかいんげんまめ ひよこまめ いんげんまめ	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく トマト	マカロニ あぶら さとう		
		やさいスープ		ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな ホールコーン		27.1	
		オレンジ			オレンジ			
9	木	ピピンパ	ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく 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	こめ むぎ あぶら さとう こま こまあぶら かたくりこ	641
		わかめスープ		なると わかめ		にんじん ホールコーン チンゲンサイ ねぎ		
		プリン					さとう あぶら	24.4
10	金	ステッキパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン	618	
		よしたのうどん		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	うどん こまあぶら さとう こま		
		チーズはんぺんフライ		すけそうだら チーズ たまご		パンこ かたくりこ あぶら	25.5	
		ハムとこまつなのいためもの		ハム	にんじん たまねぎ もやし こまつな	あぶら		
13	月	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	こめ	637	
		さばのあまみそやき		さば みそ	しょうが	さとう		
		ごもくまめ		とりにく だいず こうやどうふ かつおぶし	ごぼう にんじん さやいんげん	こんにゃく あぶら さとう	28.1	
		ふのすましじる		かつおぶし	にんじん えのきたけ だいこん ほうれんそう ねぎ	ふ		
14	火	~にゅうがくおいわいきゅうしょく~					632	
		そぼろパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン		
		ほしがたハンバーグトマトソースかけ		とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ	さとう かたくりこ	26.0	
		カラフルサラダ			にんじん ホールコーン ブロッコリー カリフラワー	ドレッシング		
15	水	ABCマカロニスープ	おひいデザート	ウインナー	とうにゅう	キャベツ たまねぎ にんじん えだまめ いちご	マカロニ さとう	628
		ミルクパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン		
		さわらのパンこやき		さわら こなチーズ		マヨネーズ パンこ	33.5	
		はるやさいのソテー		ぶたにく	キャベツ アスパラガス ホールコーン にんじん	あぶら		
16	木	ミネストローネ		ベーコン だいず		たまねぎ にんじん セロリー トマト	じゃがいも あぶら さとう	607
		ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	こめ		
		ユーリンチー		とりにく	しょうが にんにく ねぎ	かたくりこ こむぎこ あぶら さとう こまあぶら	31.7	
		やさいのチャプチェ		えび	にんじん たまねぎ こまつな	はるさめ あぶら		
17	金	ばいたんスープ		なると		はくさい たまねぎ にんじん えのきたけ いら	665	
		シュガートースト	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン マーガリン グラニューとう		
		リヨネーズポテト		ベーコン		たまねぎ えだまめ	じゃがいも あぶら	26.6
		かぶのスープ		とりにく	たまねぎ にんじん かぶ ぶなしめじ セロリー			
20	月	ヨーグルト		ヨーグルト			567	
		ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	こめ		
		あじフライ		あじ		こむぎこ パンこ あぶら	22.6	
		ぶたにくとやさいのいためもの		ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン	あぶら		
21	火	とうふのみそしる		とうふ にぼし みそ		こまつな にんじん えのきたけ ねぎ	613	
		こくとうパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン		
		マカロニグラタン		ベーコン 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	マカロニ あぶら ホワイトルウ	29.2	
		イタリアンサラダ			ブロッコリー カリフラワー ホールコーン えだまめ	ドレッシング		
22	水	ジュリアンヌスープ		いとこまほこ		キャベツ にんじん たまねぎ セロリー	567	
		わかめごはん	ぎゅうにゅう	わかめ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう		
		とりにくのからあげ		とりにく	しょうが にんにく	こむぎこ かたくりこ あぶら	29.9	
		やさいのおかか		さつまあげ かつおぶし	はくさい にんじん こまつな もやし			
23	木	だいこんのみそしる		あぶらあげ みそ にぼし		だいこん えのきたけ にんじん ねぎ	582	
		チリドッグ	ぎゅうにゅう	ウインナー	ぎゅうにゅう	しょうが にんにく		パン さとう かたくりこ
		ツナとほうれんそうのソテー		まぐろあぶらづけ		にんじん ホールコーン もやし ほうれんそう	あぶら	23.7
		ラビオリスープ		とりにく だいず ぶたにく		たまねぎ にんじん キャベツ ぶなしめじ	こむぎこ パンこ	
24	金	キャラメルパンナコッタ		たまご ぎゅうにゅう だいず			さとう	677
		カレーライス	ぎゅうにゅう	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	こめ むぎ じゃがいも あぶら カレールフ	
		かいそうサラダ		くきわかめ		だいこん にんじん キャベツ	ドレッシング	19.8
		マスカットジュレ				マスカットかじゅう	ナタデココ さとう	
27	月	やきそば	ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ピーマン にんにく	ちゅうかめん あぶら	601
		あげしゅうまい		ぶたにく だいず		たまねぎ	かたくりこ さとう こむぎこ あぶら	
		たまごいりちゅうかコンスープ		たまご		にんじん たまねぎ ホールコーン ほうれんそう ねぎ	かたくりこ	23.0
28	火	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	こめ	568	
		さけのしおこうじやき		さけ		しょうが		
		にくじゃが		ぶたにく にぼし		たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも しらたき あぶら さとう	28.9
		あつあげのみそしる		あつあげ みそ にぼし		にんじん たまねぎ えのきたけ はくさい ねぎ		
30	木	こどもパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パン	612	
		マーマレードチキン		とりにく		しょうが にんにく		マーマレードジャム さとう かたくりこ
		かぼちゃとまめのサラダ		しろいんげんまめ あかいんげんまめ ひよこまめ いんげんまめ		かぼちゃ ブロッコリー ホールコーン	ドレッシング	27.8
		コンソメスープ		ウインナー		にんじん たまねぎ ぶなしめじ キャベツ ほうれんそう		

◎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 8年 4月 学校給食予定献立表 (実施回数16回)

今月の食に関する指導のめあて：食事のマナーを守って楽しい給食にしよう(甲府市小学校)

日	曜日	こんだてめい		食品名とその備き			エネルギー	
				(あかのなかま) 血や肉に含むもの	(みどりのなかま) 体の調子を整えるもの	(せいのなかま) 熱や力に含むもの	たんぱく質 (g)	
8	水	ピビンパ	ぎゅうにゅう	ふたにく とりにく 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	こめ むぎ あぶら さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	641
		わかめスープ		なると わかめ		にんじん ホールコーン チンゲンサイ ねぎ		
		プリン					さとう あぶら	
24.4								
9	木	きなこあげパン	ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう		パン あぶら グラニューとう	625
		チリコンカン		ふたにく しろいんげんまめ あかいんげんまめ ひよこまめ いんげんまめ		たまねぎ にんじん えだまめ しょうが にんにく トマト	マカロニ あぶら さとう	
		やさいスープ		ベーコン		キャベツ にんじん たまねぎ こまつな ホールコーン		
		オレンジ					オレンジ	
27.1								
10	金	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こめ	637
		さばのあまみそやき		さば みそ		しょうが	さとう	
		ごもくまめ		とりにく だいず こうやどうふ かつおぶし		ごぼう にんじん さやいんげん	こんにゃく あぶら さとう	
		ふのすましじる		かつおぶし		にんじん えのきたけ だいこん ほうれんそう ねぎ	ふ	
28.1								
13	月	ステッキパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン	618
		よしだのうどん		あぶらあげ みそ にぼし ふたにく		にんじん キャベツ ねぎ たまねぎ	うどん ごまあぶら さとう ごま	
		チーズはんぺんフライ		すけそうだら チーズ たまご			パンこ かたくりこ あぶら	
		ハムとこまつなのいためもの		ハム		にんじん たまねぎ もやし こまつな	あぶら	
25.5								
14	火	～にゅうがくおいわいきゅうしよく～						632
		そぼろパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン	
		ほしがたハンバーグトマトソースかけ		とりにく ふたにく だいず		たまねぎ	さとう かたくりこ	
		カラフルサラダ				にんじん ホールコーン ブロッコリー カリフラワー	ドレッシング	
26.0								
15	水	ABCマカロニスープ	おいわいデザート	ウインナー	とうにゅう	キャベツ たまねぎ にんじん えだまめ いちご	マカロニ さとう	607
		ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こめ	
		ユーリンチー		とりにく		しょうが にんにく ねぎ	かたくりこ こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら	
		やさいのチャプチェ		えび		にんじん たまねぎ こまつな	はるさめ あぶら	
31.7								
16	木	シュガートースト	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン マーガリン グラニューとう	665
		リヨネーズポテト		ベーコン		たまねぎ えだまめ	じゃがいも あぶら	
		かぶのスープ		とりにく		たまねぎ にんじん かぶ ふなしめじ セロリー		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
26.6								
17	金	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こめ	567
		あじフライ		あじ			こむぎこ パンこ あぶら	
		ふたにくとやさいのいためもの		ふたにく		にんじん たまねぎ キャベツ ビーマン	あぶら	
		とうふのみそじる		とうふ にぼし みそ		こまつな にんじん えのきたけ ねぎ		
22.6								
20	月	こくとうパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン	613
		マカロニグラタン		ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ		たまねぎ にんじん ふなしめじ	マカロニ あぶら ホホワイトルウ	
		イタリアンサラダ				ブロッコリー カリフラワー ホールコーン えだまめ	ドレッシング	
		ジュリアンヌスープ		いとかまぼこ		キャベツ にんじん たまねぎ セロリー		
29.2								
21	火	わかめごはん	ぎゅうにゅう	わかめ	ぎゅうにゅう		こめ むぎ さとう	567
		とりにくのからあげ		とりにく		しょうが にんにく	こむぎこ かたくりこ あぶら	
		やさいのおかか		さつまあげ かつおぶし		はくさい にんじん こまつな もやし		
		だいこんのみそじる		あぶらあげ みそ にぼし		だいこん えのきたけ にんじん ねぎ		
29.9								
22	水	チルドッグ	ぎゅうにゅう	ウインナー	ぎゅうにゅう	しょうが にんにく	パン さとう かたくりこ	582
		ツナとほうれんそうのソテー		まぐろあぶらづけ		にんじん ホールコーン もやし ほうれんそう	あぶら	
		ラビオリスープ		とりにく だいず ふたにく		たまねぎ にんじん キャベツ ふなしめじ	こむぎこ パンこ	
		キャラメルパンナコッタ		たまご ぎゅうにゅう だいず			さとう	
23.7								
23	木	カレーライス	ぎゅうにゅう	ふたにく 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	こめ むぎ じゃがいも あぶら カレールウ	677
		かいそうサラダ		くきわかめ		だいこん にんじん キャベツ	ドレッシング	
		マスカットジュレ				マスカットかじゅう	ナタデココ さとう	
19.8								
24	金	ミルクパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン	628
		さわらのパンこやき		さわら こなチーズ			マヨネーズ パンこ	
		はるやさいのソテー		ふたにく		キャベツ アスパラガス ホールコーン にんじん	あぶら	
		ミネストローネ		ベーコン だいず		たまねぎ にんじん セロリー トマト	じゃがいも あぶら さとう	
33.5								
27	月	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こめ	568
		さけのしおこうじやき		さけ		しょうが		
		にくじゃが		ふたにく にぼし		たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも しらたき あぶら さとう	
		あつあげのみそじる		あつあげ みそ にぼし		にんじん たまねぎ えのきたけ はくさい ねぎ		
28.9								
28	火	こどもパン	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		パン	612
		マーマレードチキン		とりにく		しょうが にんにく	マーマレードジャム さとう かたくりこ	
		かぼちゃとまめのサラダ		しろいんげんまめ あかいんげんまめ ひよこまめ いんげんまめ		かぼちゃ ブロッコリー ホールコーン	ドレッシング	
		コンソメスープ		ウインナー		にんじん たまねぎ ふなしめじ キャベツ ほうれんそう		
27.8								
30	木	やしそば	ぎゅうにゅう	ふたにく	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ビーマン にんにく	ちゅうかめん あぶら	601
		あげしゅうまい		ふたにく だいず		たまねぎ	かたくりこ さとう こむぎこ あぶら	
		たまごいりちゅうかコンソメスープ		たまご		にんじん たまねぎ ホールコーン ほうれんそう ねぎ	かたくりこ	
23.0								

◎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。

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/kvoiku/kvoiku/kvushoku/index.html>