



令和 8年 6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	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	熱や力になるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1	月	ご飯 小松菜の味噌汁 鶏肉のピリ辛焼 じゃがいものそぼろ煮	○	油揚げ、みそ 鶏肉 豚肉	小松菜、にんじん にんにく、ねぎ 玉ねぎ、にんじん、しょうが、グリーンピース	米 砂糖、ごま油、ごま じゃがいも、植物油、砂糖、片栗粉	792	40.3
2	火	ご飯 中華コーンスープ 焼き肉 ニラまんじゅう	○	ベーコン 豚肉 豚肉、大豆	とうもろこし、ほうれん草 しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、ふなしめじ、青ピーマン キャベツ、にら、ねぎ、にんにく、しょうが	米 じゃがいも、片栗粉 植物油 コーンスターチ、米油、小麦粉、パン粉、こんにやく、砂糖	816	33.4
3	水	マーボー豆腐丼 根菜スープ ヨーグルト	○	豆腐、豚肉、みそ なると 乳・乳製品	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、えだまめ 大根、にんじん	米、押麦、植物油、砂糖、ラー油、片栗粉、ごま油 こんにやく 砂糖	817	31.4
4	木	【虫歯予防デー給食】 はちみつパン ミネストローネスープ 鶏肉のレモンソースかけ ツナサラダ アーモンド小魚	○	ベーコン 鶏肉 ツナフレーク イワシ	ズッキーニ、セロリ、玉ねぎ、にんじん、にんにく、トマト しょうが、レモン果汁 キャベツ、フロコリー、きゅうり、にんじん	はちみつパン じゃがいも、砂糖 片栗粉、植物油、砂糖 ごまクリームドレッシング アーモンド、砂糖、片栗粉	897	42.0
5	金	ご飯 玉ねぎの味噌汁 イカメンチ ごぼうの炒め煮	○	油あげ、みそ いか、大豆たんぱく 豚肉	玉ねぎ、大根 キャベツ、にんじん、しょうが、にんにく ごぼう、にんじん、さやいんげん	米 パン粉、砂糖、小麦粉、植物油、片栗粉 里芋、砂糖、植物油	808	28.1
8	月	ご飯 さつまいもの味噌汁 ハンバーグおろしソース 春雨炒め	○	油揚げ、みそ 鶏肉、大豆たんぱく ベーコン	ねぎ 玉ねぎ、大根 さやいんげん、白菜、にんじん、とうもろこし、しょうが	米 さつまいも パン粉、砂糖、植物油、青じそドレッシング 春雨、植物油、ごま油	799	21.8
9	火	ご飯 スーラータン キャベツと鶏肉のオイスター炒め 春巻	○	豚肉、豆腐 鶏肉 豚肉	たけのこ、にんじん、小松菜、ねぎ キャベツ、もやし、玉ねぎ、にんじん、にんにく にんじん、玉ねぎ、キャベツ、しょうが、しいたけ	米 ラー油、片栗粉 植物油 植物油、春雨、片栗粉、小麦粉、砂糖、米粉、粉あめ	790	32.4
11	木	フィッシュバーガー コーンスープ カラフルソテー	○	すけそうたら、大豆 脱脂粉乳、牛乳、生クリーム 豚肉	とうもろこし、玉ねぎ もやし、フロコリー、にんじん、とうもろこし	リングパン、パン粉、片栗粉、えごま油、植物油、タルタルソース 植物油 植物油	869	33.9
12	金	親子丼 キャベツのサラダ 卵・乳・大豆不使用プリン	○	鶏肉、卵 かまぼこ	玉ねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、カリフラワー、アスパラガス、にんじん	米、押麦、砂糖 香味玉ねぎドレッシング 砂糖、植物油、片栗粉、水あめ	816	35.1
15	月	ご飯 小松菜のスープ ハーベキューチキン マカロニサラダ	○	かまぼこ 鶏肉 ロースハム	小松菜、玉ねぎ、にんじん にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、とうもろこし	米 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	827	31.6
16	火	ご飯 凍り豆腐の味噌汁 さばの味噌煮 五目きんぴら	○	凍り豆腐、みそ さば、みそ 豚肉、さつまいも	小松菜、玉ねぎ ごぼう、にんじん、さやいんげん	米 砂糖、片栗粉 こんにやく、砂糖、植物油、ごま	782	35.5
17	水	チキンカレー コールスローサラダ トリプルゼリー	○	鶏肉、脱脂粉乳	しょうが、にんにく、トマト、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 ぶどう果汁、ライム果汁、ブルーベリー果汁	米、押麦、じゃがいも、植物油 コールスロドレッシング 砂糖	849	34.1
18	木	黒糖パン ジュリアンヌスープ オムレツ ジャージャーまぜ麺	○	卵 豚肉、大豆、みそ	白菜、えのきたけ、にんじん、セロリー しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ、にんじん、キャベツ、もやし	米 砂糖、片栗粉、大豆油 中華麺、ごま油、砂糖	835	29.8
19	金	ご飯 若竹スープ 豚キムチ炒め 揚げしゅうまい パインアップル	○	わかめ、なると 豚肉 豚肉、大豆たんぱく	たけのこ、えのきたけ 白菜、玉ねぎ、白菜キムチ、ねぎ、にら 玉ねぎ、しょうが パインアップル	米 植物油、ごま油、砂糖、片栗粉 片栗粉、ごま油、砂糖、小麦粉、コーンスターチ 砂糖	894	32.2
22	月	ねぎ塩豚丼 ミモザサラダ ミルクプリン	○	豚肉 卵 乳・乳製品	玉ねぎ、キャベツ、赤ピーマン、ねぎ フロコリー、カリフラワー、にんじん	米、押麦、植物油、片栗粉 サウザンアイランドドレッシング 植物油、砂糖	864	31.7
23	火	わかめご飯 白菜の味噌汁 白身魚の竜田揚げ 筑前煮	○	わかめ 豆腐、みそ メルルーサ 鶏肉	白菜、玉ねぎ、にんじん しょうが しょうが、にんじん、さやいんげん	米、砂糖 片栗粉、植物油 こんにやく、里芋、植物油、砂糖	766	36.9
24	水	ご飯 すまし汁 厚揚げの炒め物 たこ焼き	○	かにかまぼこ 厚揚げ、豚肉、みそ たこ	ほうれん草、えのきたけ、ねぎ キャベツ、にんじん、にんにく キャベツ、ねぎ、しょうが	米 植物油、砂糖 小麦粉、植物油、砂糖、大豆油	779	28.8
25	木	バターロールパン ベイザンヌスープ 鶏肉のパン粉焼き フロコリーのソテー	○	鶏肉 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 キャベツ、フロコリー、ふなしめじ、にんじん	バターロールパン ベイザンヌドレッシング、パン粉 植物油	905	42.8
26	金	ご飯 春雨スープ メンチカツ 大根のナムル	○	かまぼこ 大豆たんぱく、牛肉、卵白、大豆 ロースハム	白菜、にんじん 玉ねぎ 大根、もやし、ほうれん草、にんじん	米 春雨、ごま油 パン粉、砂糖、片栗粉、小麦粉、植物油 ナムルドレッシング	772	24.2
29	月	ご飯 豆腐の味噌汁 青椒肉絲 揚げぎょうざ	○	豆腐、わかめ、みそ 豚肉 豚肉、鶏肉、大豆たんぱく、大豆	ねぎ たけのこ、もやし、青ピーマン、赤ピーマン、しょうが、にんにく キャベツ、玉ねぎ、にら	米 植物油、砂糖、片栗粉 小麦粉、なたね油、ごま油、水あめ、砂糖、片栗粉、もち米粉	775	32.7
30	火	ご飯 ほうれん草の味噌汁 チキンのマヨマスタード焼 肉じゃが	○	凍り豆腐、みそ 鶏肉 豚肉	ほうれん草、えのきたけ しょうが、にんにく 玉ねぎ、にんじん、枝豆	米 マヨネーズ しらたき、じゃがいも、植物油、砂糖	895	41.1

◎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>