



# 令和 8 年 5 月 学校給食予定献立表

(実施回数 18 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	たんぱく質	
							(kcal)	(g)	
1	金	《こどもの日給食》	○	鶏肉、油揚げ	たけのこ	米、植物油、砂糖	878	32.8	
		たけのこご飯		わかめ	えのきたけ、にんじん、ねぎ	パン粉、砂糖、小麦粉、植物油、片栗粉			
		わかめのすまし汁		かつお	玉ねぎ、しょうが				
		かつおフライ		鶏肉、さつま揚げ	大根、にんじん、さやいんげん				こんにゃく、砂糖、植物油
		筑前煮							こしあん、米粉、砂糖、片栗粉
柏餅									
7	木	バターロールパン	○	ベーコン、牛乳、脱脂粉乳	玉ねぎ、にんじん	バターロールパン	897	38.8	
		クリームスープ		鶏肉		じゃがいも、植物油			
		チキンのレモンペッパー焼き			ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、にんじん、とうもろこし	レモンペッパー焼きオイル			
		花野菜サラダ				香味玉ねぎドレッシング			
8	金	ご飯	○	豆腐、わかめ、みそ	ほうれん草	米	809	29.2	
		豆腐の味噌汁		豚肉	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	植物油、砂糖、片栗粉			
		回鍋肉		豚肉	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、しょうが、しいたけ	植物油、春雨、片栗粉、小麦粉、砂糖、米粉、粉あめ			
		春巻							
11	月	中華丼	○	豚肉、いか、なると	玉ねぎ、白菜、にんじん、枝豆	米、押麦、ごま油、植物油、片栗粉	814	33.1	
		コーンと卵の中華スープ		卵	とうもろこし、ほうれん草、ねぎ	片栗粉			
		ヨーグルト		乳・乳製品		砂糖			
12	火	ご飯	○	さつま揚げ	キャベツ、もやし、にんじん	米	791	36.5	
		太平燕		鶏肉、カレー味噌		春雨、植物油			
		鶏肉のカレー味噌焼		ツナフレーク	きゅうり、にんじん、とうもろこし	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			
		マカロニサラダ							
13	水	ご飯	○	豆腐、みそ	なめこ、ねぎ	米	842	29.6	
		なめこの味噌汁		えび、大豆たんぱく		片栗粉、パン粉、砂糖、小麦粉、植物油、タルタルソース			
		えびカツ		豚肉、油揚げ	たけのこ、にんじん、さやいんげん	しらたき、植物油、砂糖			
		たけのこ豚肉の甘辛煮							
14	木	そぼろパン	○		玉ねぎ、白菜、にんじん	そぼろパン	925	27.8	
		オニオンスープ		卵		砂糖、片栗粉、大豆油			
		オムレツ		ウインナー	玉ねぎ、マッシュルーム、青ピーマン	スパゲッティ、植物油、砂糖			
		ナポリタン							
15	金	ご飯	○	油揚げ、みそ	小松菜、玉ねぎ	米	854	32.9	
		小松菜の味噌汁		鶏肉	しょうが、にんにく	片栗粉、植物油			
		鶏のから揚げ		ロースハム	ぶなしめじ、にんじん、キャベツ、にら	ビーフン、植物油、砂糖、ごま油			
		ビーフン炒め							
18	月	ハヤシライス	○	豚肉、脱脂粉乳	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、しょうが、にんにく	米、押麦、バター	829	31.0	
		かにかまサラダ		かにかまぼこ	大根、カリフラワー、アスパラガス、とうもろこし	青じそドレッシング			
		ソーダフロート風ゼリー		豆乳、寒天、ゼラチン、乳製品		砂糖、水あめ、片栗粉			
19	火	ご飯	○	わかめ、みそ	白菜、ねぎ	米	797	31.1	
		白菜の味噌汁		厚揚げ、豚肉、みそ	キャベツ、もやし、にんじん、にら、にんにく、しょうが	植物油、砂糖			
		厚揚げと豚肉のピリ辛炒め		鶏肉、大豆たんぱく	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、しょうが	パン粉、小麦粉、大豆油、砂糖、植物油			
		鶏肉となんこつのキャベツ揚げ							
20	水	ご飯	○	油揚げ、みそ	玉ねぎ	米	794	35.7	
		玉ねぎの味噌汁		鶏肉	にんにく	じゃがいも			
		鶏肉のレインボーソース		かまぼこ、かつおぶし	小松菜、もやし、ぶなしめじ、にんじん	片栗粉、植物油、レインボーソース			
		小松菜のおかか和え				かつお節ドレッシング			
21	木	はちみつパン	○			はちみつパン	813	33.3	
		ベイザンヌスープ		豚肉、大豆、ミックスチーズ	ズッキーニ、黄ピーマン、赤ピーマン、玉ねぎ、にんじん	バター			
		ミートグラタン		ウインナー	玉ねぎ	マカロニ、植物油、砂糖			
		キャベツのソテー			キャベツ、さやいんげん、ぶなしめじ、にんじん	植物油			
22	金	ご飯	○	豆腐、みそ	えのきたけ、にんじん、玉ねぎ	米	800	33.1	
		豆腐の味噌汁		モウカ	大根	青じそドレッシング、片栗粉、植物油			
		揚げ魚のおろしソース		豚肉、ひじき	キャベツ、小松菜、にんじん	植物油、砂糖、片栗粉			
		ひじきのそぼろ炒め煮							
25	月	ご飯	○	高野豆腐、みそ	大根、玉ねぎ、ぶなしめじ	米	844	32.6	
		大根の味噌汁		豚肉	にんじん、白菜、ねぎ	しらたき、植物油、砂糖			
		すき焼き風煮		ちくわ、アオサ		小麦粉、片栗粉、植物油、大豆油			
		竹輪の磯辺揚げ							
26	火	ご飯	○	豚肉	小松菜、ごぼう、にんじん、えのきたけ	米	798	36.7	
		沢煮椀		鶏肉	しょうが、にんにく、ねぎ	片栗粉、植物油、砂糖、ごま油			
		油淋鶏		ツナフレーク	大根、もやし、きゅうり、にんじん	ナムルドレッシング			
		大根のナムル							
27	水	ご飯	○	鯛削り節、卵、鰹削り節、のり		米	793	36.2	
		ふりかけ(瀬戸風味)		油揚げ、みそ	キャベツ、ねぎ	ごま、砂糖、片栗粉、水あめ			
		キャベツの味噌汁		メルルーサ		バジルオイル			
		白身魚のバジル焼き		豚肉	玉ねぎ、にんじん、グリーンピース	しらたき、じゃがいも、植物油、砂糖			
28	木	ミルクパン	○	鶏肉	キャベツ、小松菜、にんじん	ミルクパン	835	30.7	
		チキンスープ		大豆たんぱく、卵白	にんじん、玉ねぎ、とうもろこし、グリーンピース	じゃがいも、砂糖、小麦粉、パン粉、植物油、片栗粉			
		野菜コロッケ		豚肉、ベーコン、ミックスピーズ	にんにく、トマト、玉ねぎ	じゃがいも、植物油			
		カスレ							
29	金	肉井	○	豚肉	玉ねぎ、にんじん、しょうが	米、押麦、しらたき、砂糖、片栗粉、植物油	842	34.6	
		わかめスープ		わかめ、豆腐	たけのこ、もやし、ねぎ				
		ミルクプリン		乳・乳製品		植物油、砂糖			

◎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>