



# 6月分学校給食予定献立表



令和8年度

山梨県立やまびこ支援学校

日	曜日	献立名		食品の種類とばたらき			エネルギー (中学部基準)	
		主食	副食	牛乳	あか 血や肉になるもの	きいろ カや熱になるもの		みどり 体の調子をととのえるもの
1	月	麦ごはん	麻婆春雨 チヂミ 竹の子スープ、ミニフィッシュ	○	豚肉 イカと野菜のチヂミ カタクチイワシ 牛乳	米 麦 はるさめ ごま油 油	青梗菜 にんじん きくらげ ビーマン 赤ビーマン たまねぎ たけのこ 干しいたけ ねぎ しょうが	630 kcal
2	火	麦ごはん	豚肉のしょうが炒め 小松菜のごま和え 卵とコーンのスープ、チーズ	○	豚肉 かまぼこ 卵 わかめ チーズ 牛乳	米 麦 油 ごま 砂糖	しょうが もやし にんじん たまねぎ ビーマン ぶなしめじ 小松菜 ブロッコリー とうもろこし	720 kcal
3	水	麦ごはん	ほきのピザ焼き ツナサラダ みそ汁、バナナ	○	ホキ チーズ ツナフレーク 豆腐 みそ 牛乳	米 麦 ドレッシング	たまねぎ ビーマン キャベツ ブロッコリー カリフラワー 赤ビーマン ヤングコーン たまねぎ にんじん パナナ	670 kcal
歯と口の健康週間4日～10日								
4	木	麦ごはん	鶏肉の香草焼き ブロッコリーのごまあえ もずくのスープ、オレンジ	○	わかめ チーズ 卵 イカ しらす干し もずく 豆腐 ツナフレーク みそ 牛乳	米 油 マヨネーズ ごま 小麦粉 パン粉	えだまめ キャベツ ごぼう にんじん きゅうり 小松菜 えのきだけ オレンジ	666 kcal
5	金	きつねうどん	手作りお好み焼き 野菜の干草和え フルーツカクテル	○	油揚げ かまぼこ わかめ ベーコン 竹輪 えび 卵 かつお節 あおのり くきわかめ 牛乳	うどん やまいも お好み焼き粉 ごま 砂糖 ゼリー サイダー	にんじん ねぎ キャベツ ほうれんそう もやし みかん缶 黄桃缶	650 kcal
8	月	チャーハン	餃子 春雨サラダ 中華スープ、オレンジ	○	豚肉 卵 牛乳	米 麦 油 はるさめ 砂糖 ごま油 ごま 小麦粉	たまねぎ にんじん きくらげ グリーンピース しょうが きゅうり 青梗菜 キャベツ ねぎ オレンジ	730 kcal
9	火	キムタクご飯	蒸しシューマイ 野菜サラダ とうがんのスープ、パイナップル	○	豚肉 卵 かにかま 牛乳	米 油 ごま はるさめ 砂糖 ごま油 かたくり粉	にんじん キムチ ツボ漬け ねぎ きゅうり とうがん カリフラワー ブロッコリー ぶなしめじ とうもろこし パイナップル	740 kcal
10	水	核豆ごはん	イカフライ ごぼうサラダ みそ汁、ミニフィッシュ	○	わかめ チーズ 卵 しらす干し イカ ツナフレーク 豆腐 みそ カタクチイワシ 牛乳	米 油 マヨネーズ ごま 小麦粉 パン粉	えだまめ キャベツ ごぼう にんじん きゅうり 小松菜 えのきだけ	720 kcal
梅雨入り献立								
11	木	梅しらすごはん	赤魚西京焼き 肉じゃが つみれ汁、あじさいゼリー	○	赤魚 みそ 豚肉 しらす干し いわし 牛乳	米 砂糖 じゃがいも しらす油 ゼリー	梅 にんじん スナックエンドウ たまねぎ 小松菜	700 kcal
12	金	ハヤシライス	コールスローサラダ フルーツヨーグルト	○	豚肉 生クリーム ハム ヨーグルト 牛乳	米 麦 油 バター ドレッシング ハヤシルウ アセロラジュレ	たまねぎ ぶなしめじ マッシュルーム にんじん にんにく キャベツ とうもろこし 赤ビーマン もも パイナップル	790 kcal
地場産物利用強化ウィーク								
15	月	麦ごはん	甲州ワインビーフコロッケ 厚揚げの煮物 みそ汁、手作り抹茶ハバロア	○	生揚げ 油あげ みそ 甲州ワインビーフ 卵 牛乳	米 麦 油 こんにやく 砂糖 いちごハバロア じゃがいも 小麦粉 パン粉	干しいたけ にんじん さやいんげん キャベツ	850 kcal
16	火	麦ごはん ふりかけ	さばの醤油麹焼き 筑前煮、すまし汁 ヨーグルト	○	さば 鶏肉 あさり ヨーグルト 牛乳	米 麦 こんにやく 油 砂糖 焼きふ	れんこん たけのこ にんじん 干しいたけ さやいんげん 小松菜きくらげ たまねぎ オレンジ	730 kcal
17	水	マーボー豆腐どんぶり	ナムル 卵スープ 杏仁豆腐	○	豚肉 豆腐 卵 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 ごま油 ドレッシング アセロラジュレ	干しいたけ ねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう もやし 赤ビーマン ぜんまい きくらげ たまねぎ もも パイナップル	760 kcal
18	木	麦ごはん	焼肉 春雨サラダ、きくらげのスープ 山梨県産ぶどうゼリー	○	豚肉 卵 牛乳	米 麦 油 はるさめ 砂糖 ごま油 ごま ぶどうゼリー	もやし たまねぎ いら にんじん ぶなしめじ きゅうり きくらげ ねぎ カリフラワー	760 kcal
食育の日(季節の食材)								
19	金	麦ごはん ふりかけ	あじ甘塩焼き そら豆サラダ みそ汁、メロン	○	あじ ツナフレーク 豆腐 みそ 牛乳	米 麦 ドレッシング	キャベツ そらまめ ブロッコリー 赤ビーマン きゅうり たまねぎ にんじん メロン	650 kcal
22	月	麦ごはん	かつおフライ キャベツとひじきの和え物 すまし汁、パイナップル	○	油あげ かつお 卵 ひじき わかめ 豆腐 かまぼこ 牛乳	米 砂糖 薄力粉 パン粉 油 ごま	たけのこ 干しいたけ にんじん キャベツ ほうれんそう ぶなしめじ たまねぎ パイナップル	680 kcal
23	火	麦ごはん	肉団子とブロッコリーのトマト煮 キャベツのゆかり和え おつけ団子汁、オレンジ	○	ミートボール かにかま 鶏肉 油あげ みそ 牛乳	米 麦 油 砂糖 おつけ団子	にんにく ブロッコリー たまねぎ にんじん さやいんげん ビーマン トマト缶 キャベツ きゅうり ゆかり ごぼう だいこん ねぎ オレンジ	780 kcal
24	水	ツナトースト	ポトフ 豆サラダ フルーツ和え	○	ツナフレーク チーズ ミートボール ピーズミックス 卵 牛乳	パン マヨネーズ じゃがいも ドレッシング アセロラジュレ	たまねぎ とうもろこし キャベツ にんじん えだまめ 赤ビーマン ブロッコリー 洋なし缶 パイナップル缶	810 kcal
25	木	麦ごはん ふりかけ	もうか生姜みそ焼き そぼろ煮 すまし汁、バナナ	○	もうか みそ 鶏肉 なると 牛乳	米 麦 じゃがいも 砂糖 かたくり粉	にんにく にんじん ごぼう さやいんげん 小松菜 たまねぎ バナナ	630 kcal
中2・3年生リクエスト								
26	金	スパゲティ ミートソース	ごぼうサラダ ヨーグルト和え	○	豚肉 粉チーズ ツナフレーク ヨーグルト 牛乳	スパゲティ 油 バター ごま 砂糖 アセロラジュレ	たまねぎ にんじん セロリー パセリ にんにく マッシュルーム トマト缶 ブロッコリー キャベツ ごぼう きゅうり バイン缶 ミカン缶	810 kcal
29	月	麦ごはん	シイラの照り焼き クープイリチー 豚汁、バナナ	○	シイラ 豚肉 昆布 生揚げ みそ 牛乳	米 麦 強化米 油 砂糖	にんじん 干しいたけ ごぼう だいこん ねぎ パナナ	710 kcal
30	火	麦ごはん	鶏肉のねぎ塩麹焼き ビーフンの炒め物 みそ汁、オレンジ	○	鶏肉 さくらえび 豆腐 みそ 牛乳	米 麦 塩麹 ビーフン 油	にんじん ビーマン レタス 干しいたけ たまねぎ オレンジ ねぎ	650 kcal
							平均 720 kcal	

食材料購入等の都合により献立名、材料等が変更になる場合があります。

全22回

6月の山梨県産食材：米、玉ねぎ、きゅうり、卵、干しいたけ、みそ（かがり火みそ）、じゃがいも、甲州ワインビーフコロッケ、  
山梨県産ぶどうゼリー、豚肉（大月市のびのびファーム）



# 6月 寄宿舎献立表

山梨県立やまびこ支援学校

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
朝		パン 豆スープ ほうれん草グラタン ツナサラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 しいらの照り焼き キャベツのベーコン煮 味豆	ごはん みそ汁 オムレツ かぼちゃの煮つけ ふりかけ	ごはん みそ汁 目玉焼き もやし炒め さつまいも甘露煮 ヤクルト
夕	ごはん ポークピカタ ホットサラダ 酢味噌和え すまし汁	ごはん 鮭の黄身焼 豆腐のみそかけ トマトスープ バナナ		親子丼 生揚げみそかけ 春雨とわかめのスープ	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
朝		ごはん みそ汁 鮭甘塩焼き 野菜ソテー ふりかけ	パン コンソメスープ オムレツ 野菜ソテー ヨーグルト	ごはん みそ汁 納豆 ツナの甘辛煮 焼き海苔	ごはん みそ汁 ウインナー キャベツと豚肉の炒め物 ヤクルト
夕	ごはん みそ汁 ささみチーズフライ おかか和え じゃがいものベーコン煮	ごはん 煮魚 麻婆ナス ほうれん草のお浸し とろろ昆布汁	焼きそば 小籠包 きゅうりの胡麻酢和え ネギ塩スープ オレンジ	ラーメン 餃子 胡麻和え フルーチェ	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
朝		ごはん みそ汁 目玉焼き かぼちゃの煮つけ しいたけホタテ	パン コンソメスープ ドレッシング和え ツナオムレツ あじさいゼリー	ごはん みそ汁 納豆、焼き海苔 里芋の煮物 沢庵	ごはん みそ汁 目玉焼き 野菜炒め ふりかけ
夕	きつねうどん 焼売 ドレッシング和え ヨーグルト	わかめごはん 魚のマヨネーズ焼き 白菜と豚肉の煮物 コンソメスープ バナナ	ごはん チンジャオロース チヂミ かき玉スープ オレンジ	ごはん チキン南蛮 具だくさんみそ汁 キウイ	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
朝		ごはん みそ汁 納豆、焼き海苔 ハムソテー ジョア	ごはん みそ汁 ほっけ甘塩焼き もやし炒め 煮豆	パン トマトスープ 茹でウインナー ツナサラダ チーズ	ごはん みそ汁 焼き魚 カリフラワーの味噌和え ふりかけ、ヤクルト
夕	ごはん 肉じゃが 厚焼き玉子 ごま和え 豆腐のスープ	サラダうどん サラダステーキ 酢味噌和え オレンジ	ごはん 酢豚 いんげんのサラダ みそ汁	ごはん みそ汁 白身魚フライ ねばねばサラダ パイナップル	
	29日(月)	30日(火)			
朝		パン 野菜スープ ほうれん草のグラタン かにかまサラダ			
夕	ごはん あんかけニラ玉 冷ややっこ 中華スープ	キーマカレーライス 茹で卵 野菜サラダ きのこスープ			