

[献立予定表]

2026年 6月

富士吉田市学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	ひとくちメモ
1月	ジョア (ブルーベリー)		だっしふんにゆう	ブルーベリー	さとう	地産地消：こめ あじは5~7月の初夏に旬を迎える魚で、この時期が一番脂がのっておいしいです。あじの名前の由来は、味が美味しいからという説もあります。旬を味わっていただきます。
	むぎごはん		 今が旬!		こめ むぎ	
	あじフライ (ソース)		あじ		こめあぶら こむぎこ パンこ	
	たくあんのあえもの			キャベツ にんじん こまつな たくあん	さとう こまあぶら	
	だいこんのみそしる		にぼし あぶらあげ みそ	だいこん にんじん たまねぎ ほうれんそう		
2月	まるパン		だっしふんにゆう		こむぎこ さとう	 6月は「食育月間」です。健康に過ごすための食事についてや、地域の食材・郷土料理、食事のマナーなど、食にかかわることを、みんなで考えてみましょう。
	ハンバーグ	○	とりにく ぶたにく	たまねぎ	でんぶん あぶら さとう	
	ブラウンソース			きゅうり もやし にんじん きピーマン ブロッコリー	ドレッシング	
	カラフルサラダ		ぎゅうりにゆう	たまねぎ とうもろこし クリームコーン	バター オリーブあぶら	
	コーンポタージュ					
3月	むぎごはん				こめ むぎ	地産地消：こめ さけの身が赤いのは、赤色のとても小さなオキアミをたくさん食べているからです。しかし白身魚のなかまのひとつなんです。
	さけのごまやき	○	さけ		ごま	
	カレーきんぴら		ぶたにく	ごぼう にんじん グリンピース	こめあぶら じゃがいも さとう	
	キャベツのみそしる		にぼし あぶらあげ みそ わかめ	にんじん えのきたけ キャベツ こまつな		
4月	はちみつパン		だっしふんにゆう		こむぎこ さとう はちみつ	ペンネはイタリア発祥のパスタの一種で、形がペン先に似ていることからペン先という意味の“ペンネ”と名付けられました。ソースがよくからみ、もちもちした食感のおいしいパスタです。
	とりにくのオニオンソース	○	とりにく	にんにく しょうが たまねぎ	こめあぶら さとう	
	ペンネのコンソメソテー		ぶたにく	にんにく たまねぎ マッシュルーム きピーマン ピーマン	オリーブあぶら ペンネ	
	6しゆのやさいスープ		ベーコン	にんじん たまねぎ だいこん ごぼう えのきたけ	オリーブあぶら じゃがいも	
5月	むぎごはん		かみかみ きゅうしょく		こめ むぎ	地産地消：こめ 6/4~10は歯と口の健康週間です。今日は、かみ応えの良い食材を使った“かみかみ給食”です。よく噛むことは食べ物が消化しやすくなる、味わうことで味覚が発達する、記憶力が良くなるなどの効果があります。
	いかメンチカツ	○	いか	キャベツ にんじん しょうが にんにく	こめあぶら パンこ さとう こむぎこ	
	グリーンサラダ			レタス とうもろこし ブロッコリー きゅうり	ドレッシング	
	こんさいのみそしる		にぼし なまあげ みそ	ごぼう だいこん こんにやく ほうれんそう ねぎ	こめあぶら	
	かみかみグミ		ゼラチン	ごぼう	さとう	
8月	しょうゆラーメン		ぶたにく なんと わかめ	にんにく しょうが にんじん キャベツ チンゲンツァイ ねぎ	こめあぶら ちゅうかめん	ラーメンはもともと、手で伸ばした麺という意味の中国料理で明治時代に日本に伝わってきました。時代を重ねるうちに日本独自の作り方や味付けになり、現代のラーメンになりました。
	あげぎょうざ	○	ぶたにく	キャベツ たまねぎ じゃがいも しょうが	こめあぶら さとう こむぎこ でんぶん	
	やさいのナムル			ほうれんそう とうもろこし だいこん にんじん	ごま ごまあぶら さとう	
	フルーツあんじん		とうにゆう	もも あんずかじゅう	さとう でんぶん	
9月	ミルクパン		だっしふんにゆう れんにゆう		こむぎこ さとう	ポトフはフランス語です。ポトは“鍋”、フは“火”という意味です。牛肉や野菜をお鍋でじっくり煮込んで作るフランスの家庭料理です。じっくり煮込むことで食材のうま味がしみこみます。
	とりにくのマーマレードソース	○	とりにく		マーマレード	
	スパゲティサラダ		まぐろ	レタス ブロッコリー にんじん	スパゲティ ドレッシング	
	ポトフ		ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう	じゃがいも	
10月	むぎごはん				こめ むぎ	地産地消：こめ 和食は栄養バランスや彩りがよく、食材やだしとうまみを生かしたおいしさ海外から注目されています。だしに使われるかつお節のうまみを味わいましょう。
	ぶたにくのしょうがやき	○	ぶたにく	しょうが にんにく		
	やさいのおかかチーズあえ		チーズ かつおぶし	キャベツ こまつな にんじん		
	けんちんじる		とりにく にぼし とうふ	ごぼう にんじん だいこん こんにやく ほうれんそう ねぎ	ごまあぶら さといも	
11月	そぼろぼん		だっしふんにゆう		こむぎこ さとう マーガリン	給食センターでは減塩の取り組みをしています。塩分の取り過ぎに注意し、だしやうま味を効かせることで薄味にしてもおいしく食べられるように工夫しています。
	ミートボール	○	とりにく	たまねぎ にんじん えだまめ かわい トマト りんご しょうが キャベツ ねぎ	さとう あぶら でんぶん	
	イカとブロッコリーのソテー		いか	にんにく キャベツ ブロッコリー	こめあぶら	
	コンソメスープ		とりにく	にんじん たまねぎ だいこん ほうれんそう	オリーブあぶら じゃがいも	
12月	むぎごはん		にゅうばい きゅうしょく		こめ むぎ	地産地消：こめ 今日は1日遅いですが、入梅給食です。入梅は梅雨入りの時期で青梅が旬を迎えるので“梅”という字が含まれています。梅の風味のゆかり和えと季節の花あじさいをイメージしたゼリーを食べ梅雨の時期を乗り越えましょう!
	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 でんぶん こめあぶら	
	きゅうりのゆかりあえ		かつおぶし	きゅうり にんじん キャベツ うめ あかし		
	もやしのみそしる		にぼし あぶらあげ みそ	にんじん もやし ほうれんそう ねぎ	さとう	
	あじさいゼリー			ぶどうかじゅう		
15月	むぎごはん				こめ むぎ	地産地消：こめ・まくらげ クイズです。給食のマポイ豆腐には畑の肉と呼ばれる食材が入っています。その食材は何でしょう?①たけのこ②たまご③だいず 正解は③のだいずです。体を作る栄養が豊富です。
	マーボー豆腐どんぐり	○	ぶたにく だいず とうふ	しょうが にんにく ねぎ たまねぎ しいたけ たけのこ まくらげ	こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら	
	はるさめサラダ			レタス にんじん きゅうり	はるさめ ごまあぶら さとう ごま	
	ワンタンスープ		とりにく	たまねぎ ほうさい じゃがいも	ごまあぶら ワンタン	
16月	はいがまるパン		だっしふんにゆう		こむぎこ はいが さとう	胚芽パンの胚芽とは、小麦の芽になる部分で、体の調子を整えるビタミン・ミネラル・食物せんいが多く含まれています。白身魚のフライはさんで食べてみましょう。
	しろみぎかなのフライ (ソース)	○	ホキ		こめあぶら こむぎこ パンこ	
	コーンとえだまめのいためもの		ベーコン	とうもろこし えだまめ	こめあぶら	
	ミネストローネ		ウインナー あかいんげんまめ	にんじん たまねぎ セロリー トマト キャベツ パセリ	オリーブあぶら さとう	

[献立予定表]

2026年 6月

富士吉田市学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	ひとくちメモ
17 水	むぎごはん	○	まごわやさしい きゅうしょく		こめ むぎ	地産地消：こめ 体に良い“豆・こま・わかめなど海藻類・野菜・魚・しいたけなどのきのこ類・いも類”の頭の文字を組み合わせて“まごわやさしい”です。全部見つけられるかな？
	さけのしおやき		さけ			
	すきやきに		ぶたにく なんと やきどうふ	にんじん はくさい しらたき グリーンピース ねぎ	こめあぶら さとう	
	ごまじる		にぼし みそ わかめ	にんじん だいこん しめじ	じゃがいも ごま	
18 木	こどもパン	○	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう	ほうれんそうなどの色の濃い緑黄色野菜に含まれるベータカロテンには、免疫力を高める効果などがあり、油で炒めると体の中に吸収されやすくなります。今日はコーンとベーコンとあわせてお米の油で炒めてソテーにしました。
	チキンナゲット		とりにく おから	にんにく しょうが	こめこ あぶら さとう でんぶん	
	ほうれんそうとコーンのソテー		ベーコン	えだまめ どうもろこし ほうれんそう	どうもろこし こめあぶら	
	たまごのふわふわスープ		たまご	にんじん たまねぎ えのきたけ レタス	じゃがいも でんぶん	
	アセロラゼリー			アセロラかじゅう	さとう	
19 金	むぎごはん	○			こめ むぎ	地産地消：こめ 旬の食材は、その時期に必要な栄養がたっぷり含まれています。梅雨の時期は、ジメジメしたり暑くなり疲れがたまりやすくなります。旬のメロンには疲れをとってくれる栄養が含まれます。
	ポークカレー		ぶたにく だっしふんにゅう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ りんご	こめあぶら じゃがいも ルウ	
	キャベツのガーリックいため メロン(生)		ベーコン	にんにく どうもろこし にんじん キャベツ メロン(生) 	こめあぶら	
22 月	むぎごはん	○			こめ むぎ	地産地消：こめ 今週のテーマは 地域の食材を味わう です。お米は富士吉田市の低農薬の特別栽培米、山梨県のブランド豚：富士桜ポーク・山梨県産：ほしいたけ・北杜市産の浅尾大根のきりぼしだいこんを使っています。
	にくどんのぐ		ぶたにく 	しょうが たまねぎ にんじん しらたき しいたけ	こめあぶら さとう	
	きりぼしだいこんサラダ		まぐろ	きりぼしだいこん キャベツ	マヨネーズ ごま	
	あつあげのみそしる		にぼし なまあげ みそ	にんじん えのきたけ こまつな	じゃがいも	
23 火	ごはん	プレミアム牛乳○			こめ	地産地消：こめ 今日から3日間にかけて市内の小中学校で順番に、富士山プレミアム牛乳が登場します。富士河口湖町産のしぼりたて牛乳です。コクとうまみたっぷりの牛乳を味わっていただきますよ。
	とりのてりやき		とりにく		さとう	
	ごもくに		さつまあげ だいず	ごぼう にんじん しいたけ こんにゃく いんげん	こめあぶら さとう	
	じゃがいものみそしる		にぼし あぶらあげ みそ わかめ	にんじん だいこん えのきたけ ねぎ	じゃがいも 	
24 水	ごはん	プレミアム牛乳○			こめ	地産地消：こめ・にじます 明見地区のにじます。頭からしっぽまで食べられるよう、から揚げにしました。よく噛んで食べましょう。今日は早川町のなめこ・山梨県産信玄どり・しいたけを使っています。
	にじますのからあげ		にじます	しょうが にんにく	こむぎこ でんぶん こめあぶら	
	いりどり		とりにく こんぶ 	にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ だいこん いんげん	こめあぶら さともいも さとう	
	なめこじる		にぼし あぶらあげ どうふ みそ	にんじん だいこん なめこ こまつな ねぎ 		
25 木	ソフトフランスパン	プレミアム牛乳○	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう	地産地消：ミニトマト・たまねぎ サラダのトマトは富士吉田市の甘みたっぷりミニトマト、山梨県産のたまごのオムレツ、山梨県のブランド豚肉の富士桜ポークをつかったブラウンシチュー、甲斐市のうめを使った、うめジャムゼリー。地域の食材を味わいましょう。
	プレーンオムレツ		たまご 		さとう しょくぶつあぶら	
	トマトいりサラダ			レタス どうもろこし にんじん ミニトマト	ドレッシング	
	ブラウンシチュー		ぶたにく クリーム	しょうが にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム 	こめあぶら じゃがいも	
	うめジャムゼリー				うめジャム さとう	
26 金	スパゲティ	○			スパゲティ オリーブあぶら	地産地消：たまねぎ・いちご 富士吉田の甘みたっぷりの夏いちご“富士夏娘(ふじなつぎ)”や、うま味のあるしいたけの他に、県内産のたまご、豚肉、鶏肉を使った献立です。
	ミートソース		ぶたにく だいず	しょうが にんにく セロリー にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト	オリーブあぶら ルウ	
	レタスとたまごのスープ		とりにく たまご	にんじん たまねぎ しいたけ レタス	オリーブあぶら でんぶん	
	いちご(生)のヨーグルトあえ		クリーム ヨーグルト	いちご(生) もも みかん パイナップル 	さとう	
29 月	むぎごはん	○			こめ おおむぎ	地産地消：こめ にくじゃがは、明治時代にビーフシチューを再現しようとして、しょうゆと砂糖で味付けをしたときに生まれました。給食のにくじゃがは、食材本来の味を生かして薄味に仕上げます。
	さわらのみそやき		さわら みそ	しょうが	さとう	
	にくじゃが		ぶたにく	しょうが にんじん たまねぎ しらたき	こめあぶら じゃがいも さとう	
30 火	とうふとわかめのみそしる		にぼし どうふ みそ わかめ	にんじん はくさい しめじ ねぎ		
	こくとうパン	○	だっしふんにゅう	～ブックランチ～「きゅうしょくアンサンブル」		こむぎこ さとう
	チキンバジルやき		とりにく	にんにく バジル	パンこ オリーブあぶら	
	キャベツとツナのソテー		まぐろ	どうもろこし にんじん キャベツ いんげん	こめあぶら	
	ABCスープ		ウインナー	にんじん たまねぎ えのきたけ はくさい ほうれんそう	オリーブあぶら マカロニ 	
	オレンジ(生)			オレンジ(生)		

※学校行事や材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※メニューごと使用材料を分類して表示していますが、微量の材料は記載してありません。また、食物アレルギーの有無は、この献立予定表では確認できません。

※生で提供する果物には、(生)と表記をしています。

※富士吉田地域使用の食材には、下線を引いています。

富士吉田市学校給食センター運営事業費については、北富士演習場関連特定事業（教育、スポーツ及び文化に関する事業：学校給食センター運営事業）として、防衛省の特定防衛施設周辺整備調整交付金が充てられています。