



2025年 甲斐市立電王西小学校

6月献立予定表

ひ （ほろり）	ごはんてめい		ちやにくやほねになる あかのなにかま	ねつやちからのもとになる きいろのなにかま	からだのちようしをどとのえる おどいのなにかま		✕E
	牛 乳	主 食					
2	○	ココア あげパン ①	ツナサラダ ② ミネストローネ ③ フルーツポンチ ④	① ② ツナ えだまめ ③ ハーコン チーズ ④	ねじりパン あぶら ココア さとう あぶら ワカニ バター じゃがいも マスカットゼリー	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ にんじん キャベツ トマト めかんもち パイン	5年生 林間学校
3	○	キムチ チャーハン ①	ナル△あえ ② やさいのちゅうかうスープ ③ ココロまんてんたいす ④	きゅうにゅう ① たまご やきふた ② ③ とうり ④ ココロまんてんたいす	こめ むぎ あぶら ゴヤあぶら さとう ゴヤ ゴヤあぶら	にんじん はくさいキムチ にんじん ほうれんそう もやし しいたけ フロッコリー はくさい にんじん	5年生 林間学校
4	○	こもくうどん ①	まつかせやき ② スモークチキンサラダ ③ あじつけごさかな ④	きゅうにゅう ① ふたにく ② とうり ③ スモークチキン ④ ごさかな（いわし）	うどん さとう ゴヤ パンこ オリーフオイル さとう	しいたけ にんじん ねぎ ほうれんそう たまねぎ ねぎ にんじん しいたけ しょうが	
5	○	むぎごはん ①	ヤンニョムチキン ② チヨシキサラダ ③ コーンとチンゲンさいゆスープ ④	きゅうにゅう ① ② とうり ③ かまぼこ のり かいそう ④ ハーコン	こめ むぎ あぶら かたくりこ ゴヤ ゴヤあぶら さとう ゴヤあぶら	にんにく しょうが きゅうり キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん コーン	しゃくしの きえの てあらいを わすれずに！！
6	○	にくどん （ごはん） ①	にくどん（く） ② キャベツとほろさめのサラダ ③ なめこのみそしる ④	きゅうにゅう ① ② ふたにく ③ ④ あぶらあげ きゅうにゅう	こめ むぎ さとう かたくりこ しらたき さとう ゴヤ ゴヤあぶら とうろ	たまねぎ しいたけ にんじん しょうが にんじん キャベツ もやし こまつな はるさめ なめこ ねぎ	おかんで ちへさど いかにせ いちばい！！
9	○	はちみつパン ①	ポテトのかさねやき ② たまねぎトッシュンクサラダ ③ きのこのスープ ④ カレーブールー ⑤	① ② ふたにく チーズ ③ かまぼこ ④ ハーコン ⑤	はちみつパン あぶら じゃがいも さとう あぶら	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ えのきだけ にんじん こまつな たまねぎ カレーブールー	
10	○	シーフード チャーハン ①	ハーブチキン ② はくさいのコンソメスープ ③ ゼリーいりヨーグルトポンチ ④	きゅうにゅう ① エビ イカ あさり ② とうり ③ ハーコン ④ ヨーグルト なまクルーム	こめ むぎ パター オリーフオイル マスカットゼリー さとう	にんじん たまねぎ コーン レモンかじゅう はくさい こまつな にんじん	
11	○	コーン トースト ①	かんてんサラダ ② フンタンスープ ③ クラッシュゼリー ④	きゅうにゅう ① ② かまぼこ ③ ふたにく なると ④	しゃくパン ソニエックマヨネーズ さとう あぶら フンタンのかわ ゴヤあぶら ゼリーのもと	コーン クリームコーン キャベツ きゅうり だいこん はくさい しいたけ にんじん ねぎ たけのこ オレシシジュース	
12	○	むぎごはん ①	さかなのカーリックふうみやき ② ふたにくとやさいのみそいため ③ とうろとわかめのみそしる ④	きゅうにゅう ① ② メリルーサ（たら） ③ ふたにく ④ とうろ わかめ	こめ むぎ オリーフオイル あぶら さとう	にんにく しいたけ キャベツ にんじん ピーマン しょうが ねぎ	
13	○	ドライ カレー ①	ツナとかまぼこの カラフルサラダ ② オレシシ ③	きゅうにゅう ① ふたにく ② かまぼこ ツナ ③ ④ ウインナー	こめ むぎ あぶら あぶら さとう	たまねぎ ピーマン にんじん しょうが にんにく にんじん きゅうり キャベツ パプリカ オレシシ	2年校外学習
16	○	ハニーレモン トースト ①	じゃがいものナポリふう ② フロツコリーサラダ ③ やさいとウインナーのスープ ④	① ② ハーコン チーズ ③ ハム ④	しゃくパン はちみつ パター ソニエックマヨネーズ さとう あぶら	しめじ パプリカ たまねぎ ピーマン フロツコリー コーン にんじん きゅうり しいたけ チンゲンサイ はくさい にんじん	
17	○	ゆかり ごはん ①	さわらのたつたあげ ② だいこんのきんぴら ③ とんじる ④	きゅうにゅう ① ② さわら ③ とうり ④ ふたにく とうろ	こめ むぎ かたくりこ あぶら ゴヤ ゴヤあぶら つきこんやく さとう	ゆかりごはんのもと しょうが だいこん にんじん たけのこ こまつな しょうが	

材料に都合により献立が変更する場合があります。
献立は裏面に添えます。



6月献立予定表

2025年 甲斐市立竜王西小学校

ひ 牛 牛乳		ごはんてがい 副 食		ちやにくやほねになる あかのなかし	ねつちからのちどになる さいろのなかし	からだのちようしをととのえる みどいのなかし	メモ
18	○ ①	マカロニグラタン ② ツナボチトサラダ ③ はるさめとやさいのスープ ④ オレシシ ⑤	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
19	○ ①	とりにくのうめジャムやき ② あつあげのみそいため ③ すましじる ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
20	○ ①	ホヤコーロー ② ちやしとニラのナムル ③ すいきようざスープ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
23	○ ①	かいそうとやさいのサラダ ② ハーコンとやさいのスープ ③ てつくりお豆腐セリー ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
24	○ ①	ハニースタードチキン ② にくじゃが ③ キャベツのみそしる ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
25	○ ①	シエバートパイ ② シーザーサラダ ③ にくたんごスープ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
26	○ ①	やきざかな (さば) ② やさいのゴマヨサラダ ③ なめこのみそしる ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
27	○ ①	だいすいのハンバーグ ② やさいのカレーいため ③ じゃがいものみそしる ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	
30	○ ①	わらうカラフルサラダ ② とりにくとやさいのスープ ③ ソーダーセリー ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	① ② ③ ④	