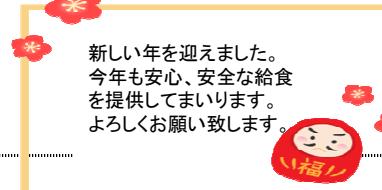




# [ 令和8年1月 献立表 ]

山梨県立甲府工業高校

月	火 6日	水 7日	木 8日 休業明け集会	金 9日
 			ハヤシライス 温野菜サラダ 牛乳	ご飯 甘酢肉だんご 肉野菜炒め みそ汁（大根、油揚げ） 牛乳
12日	13日 修学旅行	14日 修学旅行	15日 修学旅行	16日 修学旅行
成人の日 (祝日)	醤油ラーメン 春巻き 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 731 kcal たんぱく質 30.7 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 4.5 g	日替わり弁当  本科3年：給食なし（修学旅行）	キムタクご飯 小松菜のお浸し わかめと卵のスープ 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 776 kcal たんぱく質 26.5 g 脂質 28.7 g 食塩相当量 3.1 g	ご飯 ほっけの塩焼き 鶏肉と大根の煮物 すまし汁（ほうれん草・えのきたけ） 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 758 kcal たんぱく質 39.5 g 脂質 22.8 g 食塩相当量 2.5 g
19日	20日	21日 課題研究発表会	22日	23日
豚肉スタミナ丼 きゅうりとわかめの和え物 なめこのみそ汁 牛乳	カツカレー ブロッコリーとビーンズサラダ 牛乳	日替わり弁当  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 744 kcal たんぱく質 30.1 g 脂質 25.1 g 食塩相当量 1.6 g	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ひじきと大豆の煮物 みそ汁（人参・白菜・揚げ） 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 782 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 26.0 g 食塩相当量 2.7 g	けんちんうどん 玉子焼 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 739 kcal たんぱく質 34.1 g 脂質 19.7 g 食塩相当量 2.6 g
26日	27日	28日	29日	30日 期末試験（4年）
ご飯 メンチカツ 春雨サラダ すまし汁（はんぺん、ねぎ） 牛乳	わかめご飯 さばの塩焼き 生揚げと野菜のそぼろ煮 すいとん 牛乳  本科3年：給食なし（修学旅行） エネルギー 838 kcal たんぱく質 24.4 g 脂質 26.9 g 食塩相当量 2.6 g	生徒休業日  	生徒休業日  	日替わり弁当  