

府中市立学校給食センター献立表

令和8年1月1日 発行



1月のこんだて

小学校

Aブロック校
三小 住吉小
矢崎小 四谷小
南町小 日新小

Bブロック校
一小 五小
七小 九小
武藏台小
本宿小

皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

日ごろより、学校給食の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

学校給食は、子どもたちにとって、食事マナーや望ましい食習慣を身に付けること、食に関わる人々への感謝の心を育むこと、食料の生産・流通・消費を学ぶことなどの意義を持つものです。

学校給食センターでは、今年も、多くの児童・生徒に喜んでもらえるよう、国内産の食材を基本とした手作り給食に努めるとともに、旬の食材や行事食を積極的に取り入れ、安全・安心でおいしい給食の提供に努めてまいります。

結びに、皆様のご多幸とご健勝を心よりお祈り申し上げ、挨拶とさせていただきます。

府中市教育委員会

教育長 酒井 泰



日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	エネルギー (Kcal) たんぱくしつ (g)	おしらせ
				からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
9	金	しょうゆラーメン ポテトフライ だいこーンサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく	ちゅうかめん, こめぬかあぶら, ラード, ラー油, ごまあぶら, じゃがいも, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, たけのこ, はくさい, チンゲンサイ, ねぎ, だいこん, きゅうり, ホールコーン	561 23.9	<p>あけまして おめでとうございます</p> <p>あたら いちねん はじ きゅうしょく タ一 いっし きも あら あんぜん あん 心で きゅうしょく ていきう つと 本年もよろしくお願いいたします。</p>
13	火	ごはん さばのピリからやき ふちゅううっこみそしる ごぼういりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう, さば, とりにく, なまあげ, みそ, ぶたにく	こめ, こめぬかあぶら, ごまあぶら	ねぎ, にんにく, にんじん, はくさい, こまつな, だいこん, たけのこ, あかパプリカ, ごぼう, えのきたけ	619 28.1	
14	水	ごはん ごまみそかつ あおなとコーンのスープ ごしきいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, みそ, とりにく, ハム	こめ, こむぎこ, パンこ, こめぬかあぶら, ごま, さんおんとう, オリーブゆ	セロリー, たまねぎ, にんじん, ホールコーン, こまつな, しょうが, にんにく, キャベツ, きパプリカ, エリンギ	594 30.6	<p>13日(火) 府中っ子味噌汁</p> <p>ふちゅうしない 府中市内の畑で育った大根、白菜、 小松菜を使用します。</p>
15	木	フレッシュパン チリコンカン やさいスープ さつまいもサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいす, ベーコン	パン, こめぬかあぶら, さんおんとう, さつまいも, オリーブゆ	にんにく, たまねぎ, トマトみず尼, トマトピューレ, にんじん, だいこん, キャベツ, しょうが, えだまめ, ホールコーン	618 25.8	
16	金	ごはん とりにくのしょうがやき えのきいりみそしる こめこめんのカレーいため	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, とうふ, みそ, ベーコン	こめ, こめぬかあぶら, こめこめん	しょうが, だいこん, にんじん, えのきたけ, ねぎ, こまつな, にんにく, ピーマン, たまねぎ, トマトピューレ	589 26.8	<p>16日(金) 米粉麵のかレー炒め</p> <p>ふちゅうし しまいとし 府中市の姉妹都市である「長野県 さくほまち 佐久穂町」のお米から作られた「さく ほめん」という名前の米粉麵を使いま す。もちもちとした食感が楽しめます。</p>
19	月	ごはん さわらのごまだれあげ ぶたじる ちくわいりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう, さわら, ぶたにく, あぶらあげ, みそ, ちくわ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, ごま, さんおんとう, こんにゃく	にんじん, だいこん, ごぼう, ねぎ, あかパプリカ, たまねぎ, キャベツ, しょうが	630 29.4	
20	火	こんさいカレーライス やさいのしおこうじいため フルーツポンチ	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ワインナー	こめ, さつまいも, こめぬかあぶら, バター, こむぎこ, シロップ, いちごゼリー, みかんゼリー	にんじん, だいこん, たまねぎ, にんにく, しょうが, エリンギ, キャベツ, たけのこ, みかんレトルト, りんごレトルト	688 20.3	

Tel042(365)2665



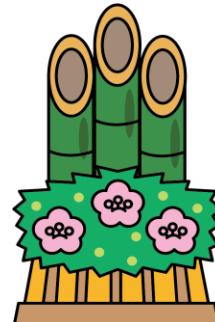
府中市立学校給食センター献立表

令和8年1月1日 発行

1月のこんだて

小学校

A · B
ブロッカ



日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	エネルギー (Kcal) たんぱくしつ (g)	おしらせ	
				からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる			
21	水	ごはん すきやきに ごもくじる ミニトマト	牛乳	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく, とうふ、ちらしかまぼこ, とりにく、みそ	こめ、しらたき、さんおんとう, こめぬかあぶら、さといも	にんじん、たまねぎ、えのきたけ, ごぼう、たけのこ、ねぎ, ミニトマト	585 26.5	1月24日～30日は、 全国学校給食週間！ 27日(火) 地産地消献立 ★あしたばパン 東京都八丈島産の明日葉を練り込んだ パンです。 ★東京牛乳 都内の乳牛から絞った牛乳です。 ★押立グラタン 府中市押立町の小松菜を使います。 ★府中産野菜のコロコロスープ 府中産の大根とにんじんを使います。	
22	木	ココアデニッシュ とりにくのデミグラスソースあげ ポトフ かいそうサラダ (たまねぎドレッシング)	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく, ぶたにく、くきわかめ, いとかんてん、かまぼこ, あかとさかのり、わかめ, しろとさかのり、こんぶ	パン、でんぷん, こめぬかあぶら、さんおんとう, じゃがいも、ドレッシング	にんじん、かぶ、セロリー, たまねぎ、しょうが、キャベツ	678 27.1		
23	金	ごはん おろしハンバーグ キムチスープ こまつなのかためあえ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく, とうふ、とりにく、みそ	こめ、パンこ、こめぬかあぶら, さんおんとう、でんぷん, トップギ、こんにゃく	たまねぎ、だいこん、にんじん, はくさいキムチ、ねぎ, チンゲンサイ、しょうが, キャベツ、こまつな	739 24.0		
26	月	ぶたどん さつまいものみそしる きのこいりゆでやさい (ゆずポンず)	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく, あぶらあげ、みそ	こめ、しらたき、さつまいも, こめぬかあぶら、さんおんとう	たまねぎ、にんじん、だいこん, タアサイ、ねぎ、キャベツ, きゅうり、エリンギ	621 26.0		
27	火	あしたばパン おしたてグラタン ふちゅうさんやさいのコロコロスープ ぽんかん	ぎとう うき によ う う	ぎゅうにゅう、とりにく, なまクリーム、チーズ, ワイン	パン、マカロニ, こめぬかあぶら、こむぎこ, バター、パンこ、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな, だいこん、ホールコーン, しょうが、ぽんかん	685 24.7		
28	水	ツナピラフ キヤロットポタージュ ハムいりサラダ りんごゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう、まぐろ, ぶたにく、とりにく, なまクリーム、チーズ、ハム	こめ、オリーブゆ, こめぬかあぶら、じゃがいも, こむぎこ、バター、こんにゃく, さんおんとう、りんごゼリー	にんじん、たまねぎ、えだまめ, コーンピューレ、しょうが, キャベツ、きゅうり	631 23.0		
29	木	ごはん ごもくつくだに ほっけのケチャップソース さわにわん しらたきみそいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ごもくつくだに、ほっけ, ぶたにく、みそ	こめ、でんぷん、しらたき, こめぬかあぶら、さんおんとう	ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ, しいたけ、たまねぎ、たけのこ, チンゲンサイ	586 25.8		
30	金	わふうカレーそぼろどん だまこじる チンゲンさいいりサラダ	コミ ル ヒク ー	ミルクコーヒー、ぶたにく, だいす、みそ、とりにく	こめ、こんにゃく, こめぬかあぶら、さんおんとう, だまこもち、オリーブゆ	にんじん、たまねぎ、ごぼう, えだまめ、にんにく、だいこん, はくさい、ねぎ、キャベツ, チンゲンサイ、ホールコーン, きゅうり、みかんジュース	687 26.8	今月の 平均	エネルギー 634 Kcal たんぱく質 25.9 g

※材料等の都合により、予定している食材を提供できない場合がありますのでご了承ください。

※給食の実施日は各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

1月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	茨城	さつま芋	東京・茨城	大根	東京・神奈川
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・新潟・北海道・東京	里芋	東京・愛媛他	玉ねぎ	北海道
牛肉	北海道・青森他	じゃが芋	北海道・九州	チンゲン菜	東京・静岡
豚肉	茨城・埼玉・群馬他	かぶ	千葉	ミニトマト	東京・熊本
鶏肉	岩手・山梨他	キャベツ	愛知・茨城・東京	にんじん	茨城・東京
さば	ノルウェー	ごぼう	茨城	にんにく	青森
鰯	韓国・九州他	小松菜	東京・茨城	ねぎ	東京・千葉・栃木
ほっけ	アラスカ	しょうが	高知	白菜	東京・茨城他
ぽんかん	愛媛	タアサイ	東京・茨城	赤パプリカ	高知

こんげつ ふちゅうさん しょくざい
今月の府中産の食材は
こまつな だいこん はくさい
小松菜、大根、にんじん、白菜、
タアサイ、ミニトマト、キャベツ、
さといも いも さつま芋、チンゲン菜、ねぎ
の予定です。

Tel042(365)2665

府中市立学校給食センター献立表

令和8年1月1日 発行



1月のこんだて

小学校

Cブロック校

二小 六小

十小 新町小

若松小

Dブロック校

四小 八小

白糸台小

小柳小

南白糸台小

皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

日ごろより、学校給食の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

学校給食は、子どもたちにとって、食事マナーや望ましい食習慣を身に付けること、食に関わる人々への感謝の心を育むこと、食料の生産・流通・消費を学ぶことなどの意義を持つものです。

学校給食センターでは、今年も、多くの児童・生徒に喜んでもらえるよう、国内産の食材を基本とした手作り給食に努めるとともに、旬の食材や行事食を取り入れ、安全・安心でおいしい給食の提供に努めてまいります。

結びに、皆様のご多幸とご健勝を心よりお祈り申し上げ、挨拶とさせていただきます。

府中市教育委員会

教育長 酒井 泰



日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	エネルギー (Kcal) たんぱくしつ (g)	おしらせ
				からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
9	金	ごはん すきやきに ごもくじる ミニトマト	牛乳	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, とうふ, ちらしかまぼこ, とりにく, みそ	こめ, しらたき, さんおんとう, こめぬかあぶら, さといも	にんじん, たまねぎ, えのきたけ, ごぼう, たけのこ, ねぎ, ミニトマト	585 26.5	<p>あたら 新しい一年が始まりました。給食セン タ一 気持 を新たに、「安全・安 心でおいしい給食」の提供に努めます。 本年もよろしくお願ひいたします。</p>
13	火	ココアデニッシュ とりにくのデミグラスソースあげ ポトフ かいそうサラダ (たまねぎドレッシング)	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, くきわかめ, いとかんてん, かまぼこ, あかとさかのり, わかめ, しろとさかのり, こんぶ	パン, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, じやがいも, ドレッシング	にんじん, かぶ, セロリー, たまねぎ, しょうが, キャベツ	678 27.1	
14	水	わふうカレーそぼろどん だまこじる チンゲンさいいりサラダ	コミ 「ル ヒク 」	ミルクコーヒー, ぶたにく, だいす, みそ, とりにく	こめ, こんにゃく, こめぬかあぶら, さんおんとう, だまこもち, オリーブゆ	にんじん, たまねぎ, ごぼう, えだまめ, にんにく, だいこん, はくさい, ねぎ, キャベツ, チンゲンサイ, ホールコーン, きゅうり, みかんジュース	687 26.8	<p>はつか 20日(火) こめこめん 米粉麺のカレー炒め 府中市の姉妹都市である「長野県 佐久穂町」のお米から作られた「さく ほーめん」という名前の米粉麺を使いま す。もちもちとした食感が楽しめます。</p>
15	木	ごはん おろしハンバーグ キムチスープ こまつなのかためあえ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, とうふ, とりにく, みそ	こめ, パンこ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぷん, トップギ, こんにゃく	たまねぎ, だいこん, にんじん, はくさいキムチ, ねぎ, チンゲンサイ, しょうが, キャベツ, こまつな	739 24.0	
16	金	ごはん さわらのごまだれあげ ぶたじる ちくわいりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう, さわら, ぶたにく, あぶらあげ, みそ, ちくわ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, ごま, さんおんとう, こんにゃく	にんじん, だいこん, ごぼう, ねぎ, あかパプリカ, たまねぎ, キャベツ, しょうが	630 29.4	<p>はつか 22日(木) こめこめん 府中っ子味噌汁</p> <p>ふちゅうしない はたけそだ だいこん はくさい 府中市内の畑で育った大根、白菜、 こまつな しょう 小松菜を使用します。</p>
19	月	フレッシュパン チリコンカン やさいスープ さつまいもサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいす, ベーコン	パン, こめぬかあぶら, さんおんとう, さつまいも, オリーブゆ	にんにく, たまねぎ, トマトみず尼, トマトピューレ, にんじん, だいこん, キャベツ, しょうが, えだまめ, ホールコーン	618 25.8	
20	火	ごはん とりにくのしょうがやき えのきいりみそしる こめこめんのかレーいため	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, とうふ, みそ, ベーコン	こめ, こめぬかあぶら, こめこめん	しょうが, だいこん, にんじん, えのきたけ, ねぎ, こまつな, にんにく, ピーマン, たまねぎ, トマトピューレ	589 26.8	

府中市立学校給食センター献立表

令和8年1月1日 発行



1月のこんだて

小学校

C・D
ブロッケ



日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	エネルギー (Kcal) たんぱくしつ (g)	おしらせ
				からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
21	水	しょうゆラーメン ポテトフライ だいこーんサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 ラード、ラー油、ごまあぶら、 じゃがいも、さんおんとう	しょうが、にんにく、にんじん、 たけのこ、はくさい、 チンゲンサイ、ねぎ、だいこん、 きゅうり、ホールコーン	561 23.9	1月24日~30日は、 全国学校給食週間！
22	木	ごはん さばのピリからやき ふちゅうっこみそしる ごぼういりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう、さば、 とりにく、なまあげ、みそ、 ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、 ごまあぶら	ねぎ、にんにく、にんじん、 はくさい、こまつな、だいこん、 たけのこ、あかパプリカ、ごぼう、 えのきたけ	619 28.1	26日(月) 地産地消献立
23	金	ツナピラフ キヤロットポタージュ ハムいりサラダ りんごゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう、まぐろ、 ぶたにく、とりにく、 なまクリーム、チーズ、ハム	こめ、オリーブ油、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 こむぎこ、バター、こんにゃく、 さんおんとう、りんごゼリー	にんじん、たまねぎ、えだまめ、 コーンピューレ、しょうが、 キャベツ、きゅうり	631 23.0	★あしたばパン
26	月	あしたばパン おしたてグラタン ふちゅうさんやさいのコロコロスープ ぽんかん	ぎとう うき によ う	ぎゅうにゅう、とりにく、 なまクリーム、チーズ、 ワインナー	パン、マカロニ、 こめぬかあぶら、こむぎこ、 バター、パンこ、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな、 だいこん、ホールコーン、 しょうが、ぽんかん	685 24.7	東京都ハ支島産の明日葉を練り込んだ パンです。
27	火	ぶたどん さつまいものみそしる きのこいりゆでやさい (ゆずポンず)	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ、みそ	こめ、しらたき、さつまいも、 こめぬかあぶら、さんおんとう	たまねぎ、にんじん、だいこん、 タアサイ、ねぎ、キャベツ、 きゅうり、エリンギ	621 26.0	★東京牛乳
28	水	ごはん ごもくつくだに ほっけのケチャップソース さわにわん しらたきみそいため	牛乳	ぎゅうにゅう、 ごもくつくだに、ほっけ、 ぶたにく、みそ	こめ、でんぶん、しらたき、 こめぬかあぶら、さんおんとう	ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ、 しいたけ、たまねぎ、たけのこ、 チングエンサイ	586 25.8	都内の牛乳から絞った牛乳です。
29	木	こんさいカレーライス やさいのしおこうじいため フルーツポンチ	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 ワインナー	こめ、さつまいも、 こめぬかあぶら、バター、 こむぎこ、シロップ、 いちごゼリー、みかんゼリー	にんじん、だいこん、たまねぎ、 にんにく、しょうが、エリンギ、 キャベツ、たけのこ、 みかんレトルト、りんごレトルト	688 20.3	★押立グラタン
30	金	ごはん ごまみそかつ あおなとコーンのスープ ごしきいため	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく、ハム	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、ごま、 さんおんとう、オリーブ油	セロリー、たまねぎ、にんじん、 ホールコーン、こまつな、 しょうが、にんにく、キャベツ、 きパプリカ、エリンギ	594 30.6	府中産野菜のコロコロスープ
								634 Kcal 25.9 g
								今月の平均 たんぱく質

※材料等の都合により、予定している食材を提供できない場合がありますのでご了承ください。
※給食の実施日は各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

1月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	茨城	さつま芋	東京・茨城	大根	東京・神奈川
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・新潟・北海道・東京	里芋	東京・愛媛他	玉ねぎ	北海道
牛肉	北海道・青森他	じゃが芋	北海道・九州	チングエン菜	東京・静岡
豚肉	茨城・埼玉・群馬他	かぶ	千葉	ミニトマト	東京・熊本
鶏肉	岩手・山梨他	キャベツ	愛知・茨城・東京	にんじん	茨城・東京
さば	ノルウェー	ごぼう	茨城	にんにく	青森
鰯	韓国・九州他	小松菜	東京・茨城	ねぎ	東京・千葉・栃木
ほっけ	アラスカ	しょうが	高知	白菜	東京・茨城他
ぽんかん	愛媛	タアサイ	東京・茨城	赤パプリカ	高知

こんげつ ふちゅうさん しょくせい
今月の府中産の食材は
こまつな 大根、にんじん、白菜、
タアサイ、ミニトマト、キャベツ、
さといも いも さい ねぎ
里芋、さつま芋、チングエン菜、ねぎ
の予定です。

Tel042(365)2665