

府中市立学校給食センター献立表

令和4年8月25日 発行

8・9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	
武蔵台小	
本宿小	

日	曜	こんだて	のみのもの	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) たんぱく質 (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る		
8/30	火	ごはん とりにくのあおさあげ げんまいだんごじる ごもくきんぴら		ぎゅうにゅう、とりにく	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 げんまいだんご、こんにやく、 さんおんとう	しょうが、にんにく、だいこん、 にんじん、はくさい、ねぎ、れんこん、 ごぼう、たけのこ、さやいんげん	667 24.3	2学期の給食が始まります！ 夏休み中に夜ふかしをしたり朝ごはんを抜いたりしてしまった人はいませんか。新学期も元気に過ごすために、1日3回の食事や、早寝早起きを心がけましょう。  9月に使用する「お米」について 新型コロナウイルス感染症の影響により、消費が減っている農林水産物等を支援する国の取り組みの一つとして、国が一部費用を負担し、提供された「米」を使用します。 品種は、「秋田県産 あきたこまち」です。   9日(金)「お月見献立」 今年の9月10日は「十五夜」です。作物の収穫を祝って、里芋や月見団子をお供えする行事です。それにちなみ「すまし汁」は、里芋と月に見立てたかまぼこを入れました。デザートには「お月見団子」を出します。お楽しみに！  給食センターホームページへのアクセスは、こちらが便利です。
8/31	水	すきやきどん こんさいのみそしる あおなのあえもの		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、とりにく、みそ	こめ、こめぬかあぶら、しらたき、 さんおんとう、さつまいも	たまねぎ、ねぎ、だいこん、にんじん、 はくさい、こまつな、えのきたけ	634 27.2	
1	木	とうにゅうパン ホキフライのトマトソース やさいのスープ コロコロサラダ (マヨネーズたまごなし)		ぎゅうにゅう、ホキ、 とりにく	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さんおんとう、 マヨネーズたまごなし、 じゃがいも	トマトみずに、たまねぎ、セロリー、 にんじん、キャベツ、しょうが、 えだまめ、ホールコーン	653 27.2	
2	金	たんたんそぼろごはん みずないりスープ れいとうみかん		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、みそ、 かまぼこ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごま	にんにく、しょうが、にんじん、 たまねぎ、たけのこ、ねぎ、しいたけ、 だいこん、えのきたけ、みずな、 れいとうみかん	645 27.4	
5	月	ごはん おろしハンバーグ みそしる いためナムル		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 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、でんぶん、 こんにやく、ごまあぶら	たまねぎ、だいこん、にんじん、 たけのこ、にんにく、こまつな、 しめじ、キャベツ	688 27.9	 9日(金)「お月見献立」 今年の9月10日は「十五夜」です。作物の収穫を祝って、里芋や月見団子をお供えする行事です。それにちなみ「すまし汁」は、里芋と月に見立てたかまぼこを入れました。デザートには「お月見団子」を出します。お楽しみに！  給食センターホームページへのアクセスは、こちらが便利です。

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(水)です。8月29日(月)までに預金残高の確認をお願いいたします。
 ※10月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日(金)です。9月28日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

府中市立学校給食センター献立表

令和4年8月25日 発行

8・9月のこんだて 小学校

A・Bブロック

日	曜	こんだて	のみの	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) たんぱく質 (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			
14	水	ごはん しいらのこうみだれ ぶたじる キャベツのオイスターいため		ぎゅうにゅう, しいら, ぶたにく, みそ	こめ, でんぶん, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごまあぶら, こんにやく, じゃがいも	ねぎ, にんにく, レモン, ごぼう, にんじん, だいこん, たまねぎ, エリンギ, キャベツ	668 29.5	8, 9月の主な使用食材の予定産地(小学校)	
15	木	ガーリックライス ほたていりハンガリアンシチュー ベジタブルソテー なしゼリー		ぎゅうにゅう, ぶたにく, ほたて, チーズ	こめ, こめぬかあぶら, じゃがいも, こむぎこ, バター, オリーブゆ, ゼリー	にんにく, にんじん, たまねぎ, トマトみず, トマトピューレ, しょうが, ズッキーニ, キャベツ, エリンギ	655 22.1	米	秋田
16	金	マーボーめん あげおさつ ちゅうかふうサラダ		ぎゅうにゅう, ぶたにく, とうふ, みそ, わかめ	ちゅうかめん, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぶん, さつまいも, ごま, ごまあぶら	にんにく, しょうが, なす, たけのこ, にんじん, たまねぎ, しいたけ, キャベツ, こまつな	614 21.6	牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・ 山形・岩手・静岡・北海道
20	火	ソフトフランスパン ぶたにくのタンドリーふうやき こめこポタージュ かいそうサラダ(たまねぎドレ)		ぎゅうにゅう, ぶたにく, こんぶ, なまクリーム, わかめ, くきわかめ, しろとさかのり あおまふのり, あかまふのり, あかとさかのり, とりにく	パン, マヨネーズたまごなし, こめぬかあぶら, こめこ, バター, ドレッシング	にんにく, にんじん, たまねぎ, クリームコーン, ホールコーン, しょうが, キャベツ, さやいんげん	705 31.9	牛肉	宮崎・鹿児島他
21	水	ルーローはん もちいりキムチスープ だいこんときゅうりのあえもの		ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく, みそ	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぶん, トッポギ, ごまあぶら	にんにく, しょうが, たまねぎ, たけのこ, チンゲンサイ, えのきたけ, はくさいキムチ, ねぎ, にんじん, だいこん, きゅうり	629 26.7	豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他
22	木	ごはん いかのふうみあげ ごじる やさいのしおこうじいため		ぎゅうにゅう, いちか, とりにく, あぶらあげ, だいず, とうにゅう, みそ, ぶたにく	こめ, でんぶん, こめぬかあぶら, ごまあぶら, さんおんとう, こんにやく, さつまいも	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ, たまねぎ, キャベツ	651 31.9	鶏肉	宮崎・岩手他
26	月	バターロール マカロニグラタン せんぎりやさいのスープ パインかん		ぎゅうにゅう, とりにく, なまクリーム, チーズ, ベーコン	パン, マカロニ, こめぬかあぶら, こむぎこ, バター, パンこ	にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, だいこん, たけのこ, キャベツ, こまつな, しょうが, パインかん	660 23.4	ちりめんじゃこ	兵庫
27	火	ごはん さわらのてりやきだれ みそとりじる しらたきいため		ぎゅうにゅう, さわら, とりにく, みそ, ぶたにく	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぶん, しらたき	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ, こまつな, たけのこ, あかパプリカ, チンゲンサイ	592 29.4	鮭	北海道
28	水	なめし なまあげのチリソースいため わかめスープ こんにやくいりサラダ (かんきつドレ)		ぎゅうにゅう, ぶたにく, なまあげ, みそ, とりにく, わかめ, かつおぶし	こめ, こめぬかあぶら, ごまあぶら, さんおんとう, でんぶん, こんにやく, ドレッシング	ひろしまな, きょうな, きゅうり, だいこんば, しょうが, にんにく, にんじん, たけのこ, しいたけ, たまねぎ, はくさい, ねぎ, キャベツ	593 25.4	しいら	長崎
29	木	やさいうどん あかしそおにぎり ちくわのてんぷら とさずあえ		ぎゅうにゅう, ぶたにく, あぶらあげ, ちくわ, おかか	うどん, こめぬかあぶら, こめ, こむぎこ, さんおんとう, ごまあぶら	しそ, しょうが, にんにく, にんじん, はくさい, チンゲンサイ, ねぎ, キャベツ, しめじ, きゅうり	602 20.7	酒蒸帆立	青森
30	金	ごはん みそにくじゃが チンゲンさいのスープ ミックスゼリー (みかん・ぶどう・レモン)		ぎゅうにゅう, ぶたにく, みそ, とりにく, とうふ	こめ, こめぬかあぶら, こんにやく, じゃがいも, さんおんとう, レモンゼリー, マスカットゼリー	にんじん, たまねぎ, さやいんげん, だいこん, チンゲンサイ, ねぎ, しょうが, みかんシロップづけ	636 21.1	ぶどう	山梨・長野



こんげつ ふちゅうさんやさい
今月の府中産野菜は
 こまつな
小松菜・じゃがいも
 の予定です。

※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。 給食センターホームページアドレス<http://www.lunch.fuchu-tokyo.ed.jp/>
 ※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。

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(水)です。8月29日(月)までに預金残高の確認をお願いいたします。
 ※10月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日(金)です。9月28日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

府中市立学校給食センター献立表

令和4年8月25日 発行

8・9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

日	曜	こんだて	のみのもの	あかのしょくひん からだをつくる	きいろのしょくひん ねつやちからになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	おしらせ
8 / 30	火	すきやきどん こんさいのみそしる あおなのあえもの		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、とりにく、みそ	こめ、こめぬかあぶら、しらたき、 さんおんとう、さつまいも	たまねぎ、ねぎ、だいこん、にんじん、 はくさい、こまつな、えのきたけ	634 27.2	2学期の給食が始まります！ 夏休み中に夜ふかしをしたり朝ごはんを抜いたりしてしまった人はいませんか。新学期も元気に過ごすために、1日3回の食事や、早寝早起きを心がけましょう。 9月に使用する「お米」について 新型コロナウイルス感染症の影響により、消費が減っている農林水産物等を支援する国の取り組みの一つとして、国が一部費用を負担し、提供された「米」を使用します。 品種は、「秋田県産 あきたこまち」です。
8 / 31	水	ごはん とりにくのおおさあげ げんまいだんごじる ごもくきんびら		ぎゅうにゅう、とりにく	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 げんまいだんご、こんにやく、 さんおんとう	しょうが、にんにく、だいこん、 にんじん、はくさい、ねぎ、れんこん、 ごぼう、たけのこ、さやいんげん	667 24.3	
1	木	たんたんそぼろごはん みずないりスープ れいとうみかん		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、みそ、 かまぼこ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごま	にんにく、しょうが、にんじん、 たまねぎ、たけのこ、ねぎ、しいたけ、 だいこん、えのきたけ、みずな、 れいとうみかん	645 27.4	
2	金	とうにゅうパン ホキフライのトマトソース やさいのスープ コロコロサラダ (マヨネーズたまごなし)		ぎゅうにゅう、ホキ、 とりにく	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さんおんとう、 マヨネーズたまごなし、 じゃがいも	トマトみずに、たまねぎ、セロリー、 にんじん、キャベツ、しょうが、 えだまめ、ホールコーン	653 27.2	
5	月	ルーローはん もちいりキムチスープ だいこんときゅうりのあえもの		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、みそ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 トッポギ、ごまあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ、 たけのこ、チンゲンサイ、 えのきたけ、はくさいキムチ、 ねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり	629 26.7	
6	火	ごはん さばのおこうじやき あかだしみそしる やさしいため		にゅうさんいんりょう、 さば、とうふ、わかめ、みそ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう	たまねぎ、だいこん、にんじん、 えのきたけ、たけのこ、きパブリカ、 キャベツ、ピーマン	604 21.2	今年(ことし)の9月10日は「十五夜」です。作物の収穫を祝って、里芋や月見団子をお供えする行事です。それにちなみ「すまし汁」は、里芋と月に見立てたかまぼこを入れました。デザートには「お月見団子」を出します。お楽しみに！ 8日(木)「お月見献立」
7	水	ポークカレーライス じゃことあぶらあげのいためもの ぶどう		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ちりめんじゃこ、 あぶらあげ	こめ、じゃがいも、 こめぬかあぶら、バター、 こむぎこ、さんおんとう	にんじん、たまねぎ、ズッキーニ、 にんにく、しょうが、キャベツ、 こまつな、ねぎ、ぶどう	639 19.8	
8	木	ごはん さけのごまみそやき すましじる おかかいため おつきみだんご		ぎゅうにゅう、さけ、みそ、 ちらしかまぼこ、ゆば、 おかか	こめ、さんおんとう、ごま、 こめぬかあぶら、さといも、 だんご	だいこん、えのきたけ、ねぎ、 こまつな、にんじん、たけのこ、 たまねぎ、キャベツ	624 31.0	
9	金	ココアパン とりにくのマーマレードソース コロコロやさいのスープ コールスロー		ぎゅうにゅう、とりにく、 ベーコン	パン、でんぶん、こめぬかあぶら、 マーマレード、じゃがいも、 さんおんとう	にんじん、たまねぎ、かぶ、しょうが、 キャベツ、ホールコーン	699 24.8	今年(ことし)の9月10日は「十五夜」です。作物の収穫を祝って、里芋や月見団子をお供えする行事です。それにちなみ「すまし汁」は、里芋と月に見立てたかまぼこを入れました。デザートには「お月見団子」を出します。お楽しみに！ 8日(木)「お月見献立」
12	月	ごはん みそにくじゃが チンゲンさいのスープ ミックスゼリー (みかん・ぶどう・レモン)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく、とうふ	こめ、こめぬかあぶら、 こんにやく、じゃがいも、 さんおんとう、レモンゼリー、 マスカットゼリー	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、 だいこん、チンゲンサイ、ねぎ、 しょうが、みかんシロップづけ	636 21.1	
13	火	ごはん いかのふうみあげ ごじる やさいのしおこうじいため		ぎゅうにゅう、いか、 とりにく、あぶらあげ、 だいず、とうにゅう、みそ、 ぶたにく	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 ごまあぶら、さんおんとう、 こんにやく、さつまいも	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、 たまねぎ、キャベツ	651 31.9	

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(水)です。8月29日(月)までに預金残高の確認をお願いいたします。
※10月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日(金)です。9月28日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

府中市立学校給食センター献立表

令和4年8月25日 発行

8・9月のこんだて 小学校

C・Dブロック

日	曜	こんだて	のみの	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) たんぱく質 (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			
14	水	ソフトフランスパン ぶたにくのタンドリーふうやき こめこポターージュ かいそうサラダ（たまねぎドレ）		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 こんぶ、なまクリーム、わかめ、 くさわかめ、しろとさかのり あおまふのり、あかまふのり、 あかとさかのり、とりにく	パン、マヨネーズたまごなし、 こめぬかあぶら、こめこ、バター、 ドレッシング	にんにく、にんじん、たまねぎ、 クリームコーン、ホールコーン、 しょうが、キャベツ、さやいんげん	705 31.9	8、9月の主な使用食材の予定産地(小学校)	
15	木	マーボーめん あげおさつ ちゅうかふうサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、みそ、わかめ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 さつまいも、ごま、ごまあぶら	にんにく、しょうが、なす、たけのこ、 にんじん、たまねぎ、しいたけ、 キャベツ、こまつな	614 21.6	米 秋田 牛乳 神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・ 山形・岩手・静岡・北海道 牛肉 宮崎・鹿児島他 豚肉 茨城・埼玉・青森・千葉他 鶏肉 宮崎・岩手他 ちりめんじゃこ 兵庫	
16	金	ガーリックライス ほたていりハンガリアンシチュー ベジタブルソテー なしゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ほたて、チーズ	こめ、こめぬかあぶら、 じゃがいも、こむぎこ、 バター、オリーブゆ、ゼリー	にんにく、にんじん、たまねぎ、 トマトみずに、トマトピューレ、 しょうが、ズッキーニ、キャベツ、 エリンギ	655 22.1	鮭 北海道 しいら 長崎 酒蒸帆立 青森 ぶどう 山梨・長野	
20	火	ごはん しいらのこうみだれ ぶたじる キャベツのオイスターいため		ぎゅうにゅう、しいら、 ぶたにく、みそ	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら、 こんにやく、じゃがいも	ねぎ、にんにく、レモン、ごぼう、 にんじん、だいこん、たまねぎ、 エリンギ、キャベツ	668 29.5	さつま芋 千葉 里芋 千葉 じゃが芋 北海道・東京 かぶ 青森	
21	水	ごはん おろしハンバーグ みそしる いためナムル		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 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、でんぶん、 こんにやく、ごまあぶら	たまねぎ、だいこん、にんじん、 たけのこ、にんにく、こまつな、 しめじ、キャベツ	688 27.9	ごぼう 青森・宮崎 大根 群馬・青森 玉ねぎ 北海道 にんじん 北海道	
22	木	ミルクパン ウインナーマスタードソース ポトフ さつまいもサラダ フロズンヨーグルト		ぎゅうにゅう、ウインナー、 ぶたにく、 フロズンヨーグルト	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	たまねぎ、セロリー、にんじん、 キャベツ、かぶ、しょうが、えだまめ、 ホールコーン	704 25.6	ねぎ 青森・岩手 れんこん 茨城 キャベツ 群馬他	
26	月	なめし なまあげのチリソースいため わかめスープ こんにやくいりサラダ (かんきつドレ)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 なまあげ、みそ、とりにく、 わかめ、かつおぶし	こめ、こめぬかあぶら、 ごまあぶら、さんおんとう、 でんぶん、こんにやく、 ドレッシング	ひろしまな、きょうな、きゅうり、 だいこんば、しょうが、にんにく、 にんじん、たけのこ、しいたけ、 たまねぎ、はくさい、ねぎ、キャベツ	593 25.4	胡瓜 岩手・山形 小松菜 茨城・東京 ズッキーニ 長野・群馬 長茄子 茨城他 ピーマン 茨城・岩手他 セロリー 長野	
27	火	やさいうどん あかしそおにぎり ちくわのてんぷら とさずあえ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ、ちくわ、おかか とさずあえ	うどん、こめぬかあぶら、 こめ、こむぎこ、さんおんとう、 ごまあぶら	しそ、しょうが、にんにく、にんじん、 はくさい、チンゲンサイ、ねぎ、 キャベツ、しめじ、きゅうり	602 20.7		
28	水	バターロール マカロニグラタン せんぎりやさいのスープ パインかん		ぎゅうにゅう、とりにく、 なまクリーム、チーズ、 ベーコン	パン、マカロニ、こめぬかあぶら、 こむぎこ、バター、パンこ	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、だいこん、 たけのこ、キャベツ、こまつな、 しょうが、パインかん	660 23.4	こんげつ ふちゅうさん やさしい 今月の府中産野菜は こまつな 小松菜・じゃがいも の予定です。	
29	木	ごはん さわらのてりやきだれ みそとりじる しらたきいため		ぎゅうにゅう、さわら、 とりにく、みそ、ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 しらたき	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、 こまつな、たけのこ、あかパプリカ、 チンゲンサイ	592 29.4		
30	金	ごはん ぶたにくのねぎソース おしたてじる ちくわいりやさしいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、なまあげ、みそ、 ちくわ	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 さんおんとう	ねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ、 たまねぎ、だいこん、キャベツ、 しょうが	666 29.4	今月の 平均	エネルギー 646 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。 給食センターホームページアドレス<http://www.lunch.fuchu-tokyo.ed.jp/>

※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。

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(水)です。8月29日(月)までに預金残高の確認をお願いいたします。

※10月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日(金)です。9月28日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665