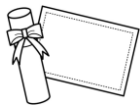


4月の献立

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
11	月	揚げパン 牛乳	(揚げパン)/ハニーマスタードチキン ベーコンポテトスープ ツナ入りフレンチサラダ	758 29.3	入学・進級祝い献立 15日(金) 府中産の黒米を使って「黒米ご飯」を炊きます。また、お祝い汁には、桜の形のかまぼこを入れ、デザートは桜餅です。お祝いの気持ちを込めて調理します。お楽しみに。 
12	火	ルーロー飯(ご飯) 牛乳	(ルーロー飯の具) トッポギスープ 華風漬	797 31.3	
13	水	ご飯 牛乳	ホキのフライ(中濃ソース) 大根の味噌汁 変わりきんぴら	794 33.5	
14	木	味噌豚丼(ご飯) 牛乳 清見オレンジ	(味噌豚丼の具) 野菜の生姜汁	787 31.9	
15	金	黒米ご飯 牛乳 桜餅	(黒米ご飯)/さわらの甘酢あんかけ お祝い汁 江戸菜入りおかか和え	810 30.4	
18	月	ご飯 牛乳 ミニトマト2個	麻婆豆腐 わかめスープ	755 31.0	

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

A
ブ
ロ
ッ
ク中
学
校ご入学・ご進級
おめでとうございます

府中市の全小中学校の給食は、朝日町にある学校給食センターで作っています。成長期の中学生に必要な栄養素がとれるように、毎日の給食の献立を考えています。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供するために、給食センター職員一同、力を合わせてがんばります。

米は、精米したてのおいしい特別栽培米です。また、パンは、国産小麦粉を使用しています。



だしは、かつお節、昆布、煮干しなどを料理に合わせて使用します。カレーやシチューのルーも手作りしています。



食材のもつうまみを大切に、中学生に合った味付けにしています。

保護者の皆様へ

給食センターでは、食物アレルギーのため給食の全部又は一部を食べることのできない生徒を対象に、次の対応を行っています。

1. 献立細案(献立に使用する食品名と使用量を記入したもの)及び使用食品原材料配合表の配付。
2. 卵(鶏卵・うずら卵)、牛乳・乳製品類、甲殻類(えび・かに)、果物(かんきつ類を除く)の対応食(除去食・代替食)の提供。
3. 飲用牛乳類および飲用牛乳に代わる乳製品(ミルクコーヒー・ドリンクヨーグルト等)の除去及び給食費の減額。

上記の対応には、「食物摂取制限に関する申出書」の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。また、給食センターの調理では、そば及びピーナッツ、ナッツ類(アーモンド・カシューナッツ・くるみ)は使用しておらず、キウイフルーツは当面の間、使用しません。ただし、パン・デザート・ドレッシング等のように直接学校へ配送するものについては対応食の対象となりません。

アレルギーに関するお問い合わせは
アレルギー担当(電話366-8376)までお願いします。

4月の献立

Aブロック

日	曜	献立名		主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
19	火	ご飯	豚肉の甘辛だれ	豚肉、白こしょう、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、しょうが、しょうゆ、三温糖	829 33.3	春が「旬」の食材を取り入れています！ 春は、生命力にあふれ、栄養を蓄えた食材が色々あります。4月の給食には、その中から下記の食材を使用します。 旬を味わいましょう。 【旬の食材】 グリーンアスパラガス・ふき・春キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など 
		牛乳	鶏ごぼう汁	鶏肉、米ぬか油、油揚げ、ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにゃく、ねぎ、しょうゆ		
			ハム入り辛子酢和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、洋辛子、しょうゆ、酢、三温糖		
20	水	セルフサンド(ライ麦パン・フランクケチャップソース)	(フランクケチャップソース)	フランク、米ぬか油、トマトケチャップ、中濃ソース、洋辛子、でんぷん	774 25.7	
			鶏肉と野菜のスープ	鶏肉、米ぬか油、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、小松菜、白こしょう、しょうゆ		
		乳酸飲料	ジャーマンポテト	じゃが芋、ベーコン、ホールコーン、玉ねぎ、黒こしょう、米ぬか油		
21	木	ご飯/のり佃煮	春野菜の旨煮	生揚げ、豚肉、米ぬか油、ふき、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、三温糖、しょうゆ、でんぷん	791 31.4	
		牛乳	さつま汁	鶏肉、米ぬか油、ごぼう、さつま芋、にんじん、大根、こんにゃく、ねぎ、みそ、しょうゆ		
22	金	ご飯	和風ハンバーグ	豚肉、豆腐、玉ねぎ、しいたけ、米ぬか油、パン粉、白こしょう、ナツメグ、しょうゆ、三温糖、酢、でんぷん	816 35.5	
		牛乳	五目汁	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、じゃが芋、たけのこ、玉ねぎ、みそ、一味唐辛子		
			ひじき入りサラダ	ひじき、キャベツ、パプリカ、竹輪、酢、三温糖、しょうゆ、米ぬか油		
25	月	きつねうどん	(きつねうどん)	うどん、米ぬか油、鶏肉、にんじん、ねぎ、ごぼう、しょうゆ、三温糖、でんぷん、油揚げ	826 33.3	春の味覚「たけのこご飯」28日(木) たけのこは、4～6月頃に「旬」を迎えます。今年収穫された「たけのこ」を使用し、炊き込みご飯にします。細切り昆布とたけのこを入れてシンプルに炊きあげます。春の味覚を楽しみましょう。 
		赤しそおにぎり	めひかりのから揚げ	めひかり、白こしょう、でんぷん、米ぬか油		
		牛乳	白菜のサラダ(クリーミーフレンチドレ)	白菜、小松菜、しめじ、こんにゃく、クリーミーフレンチドレッシング		
26	火	いか入り中華丼	(麦ご飯/いか入り中華丼の具)	米、麦/いか、しょうが、にんにく、豚肉、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、白菜、たけのこ、チンゲン菜、パプリカ、しょうゆ、三温糖、でんぷん、ごま油	819 31.0	
		牛乳	華風コーンスープ	鶏肉、米ぬか油、にんじん、ねぎ、ホールコーン、小松菜、しょうゆ、白こしょう、ごま油、でんぷん		
			みかんゼリー	みかん缶、みかんゼリー		
27	水	食パン	鯖のカレームニエル	鯖、白こしょう、カレー粉、小麦粉、米ぬか油	827 31.3	
		バター	トマトスープ	豚肉、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、大豆、トマト水煮、セロリー、トマトピューレ、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、白こしょう		
		牛乳	じゃが芋のピクルスサラダ	じゃが芋、にんじん、パプリカ、米ぬか油、酢、三温糖、にんにく、きゅうり		
28	木	たけのこご飯	(たけのこご飯)/鶏肉のから揚げねぎソース	米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油/鶏肉、しょうゆ、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、三温糖、ごま油	829 34.7	
		牛乳	田舎汁	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、大根、こねぎ、みそ		
			野菜のベーコン炒め	キャベツ、ベーコン、米ぬか油、にんじん、小松菜、れんこん、白こしょう、しょうゆ		

※今月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、5月2日(月)です。4月27日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

今月の平均

エネルギー(kcal)	801
たんぱく質(g)	31.7



4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	宮城	河内晩柑	愛知	にんにく	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・北海道	清見オレンジ	愛媛他	しょうが	高知
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	さつま芋	千葉・茨城	グリーンアスパラ	長崎・佐賀
鶏肉	宮崎・岩手・山梨	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	東京・愛知・神奈川
鯖	ノルウェー	ごぼう	青森	小松菜	東京・埼玉
さわら	東シナ海	大根	千葉	白菜	東京・兵庫・茨城
ホキ	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道・佐賀他	ねぎ	千葉・埼玉
いか	ペルー	にんじん	徳島	胡瓜	千葉
めひかり	宮城	れんこん	茨城	江戸菜	千葉



今月の府中産は

キャベツ、白菜
小松菜

を使用する予定です。



給食センター
ホームページ
へのアクセス
は、こちらから
が便利です。

中学校

4月の献立

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
11	月	味噌豚丼(ご飯) 牛乳 清見オレンジ	(味噌豚丼の具) 豚肉、米ぬか油、ピーマン、パプリカ、玉ねぎ、たけのこ、しめじ、にんじん、にんにく、しょうが、みそ、しょうゆ、一味唐辛子、でんぷん 野菜の生姜汁 鶏肉、米ぬか油、ごぼう、にんじん、小松菜、白菜、しょうゆ、しょうが	787 31.9	入学・進級お祝い献立 18日(月) 府中産の黒米を使って「黒米ご飯」を炊きます。また、お祝い汁には、桜の形のかまぼこを入れ、デザートは桜餅です。お祝いの気持ちを込めて調理します。お楽しみに。 
12	火	ご飯 牛乳	ホキのフライ(中濃ソース) 大根の味噌汁 変わりきんぴら	794 33.5	
13	水	ルーロー飯(ご飯) 牛乳	(ルーロー飯の具) トッポギスープ 華風漬	797 31.3	
14	木	揚げパン 牛乳	(揚げパン)/ハニーマスタードチキン ベーコンポテトスープ ツナ入りフレンチサラダ	758 29.3	
15	金	ご飯 牛乳 ミニトマト2個	麻婆豆腐 わかめスープ	755 31.0	
18	月	黒米ご飯 牛乳 桜餅	(黒米ご飯)/さわらの甘酢あんかけ お祝い汁 江戸菜入りおかか和え	810 30.4	

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

B
ブ
ロ
ッ
ク中
学
校

ご入学・ご進級 おめでとうございます



府中市の全小中学校の給食は、朝日町にある学校給食センターで作っています。成長期の中学生に必要な栄養素がとれるように、毎日の給食の献立を考えています。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供するために、給食センター職員一同、力を合わせてがんばります。

米は、精米したてのおいしい特別栽培米です。また、パンは、国産小麦粉を使用しています。



だしは、かつお節、昆布、煮干しなどを料理に合わせて使用します。カレーやシチューのルウも手作りしています。



食材のもつうまみを大切に、中学生に合った味付けにしています。

保護者の皆様へ

給食センターでは、食物アレルギーのため給食の全部又は一部を食べることのできない生徒を対象に、次の対応を行っています。

1. 献立細案(献立に使用する食品名と使用量を記入したもの)及び使用食品原材料配合表の配付。
2. 卵(鶏卵・うずら卵)、牛乳・乳製品類、甲殻類(えび・かに)、果物(かんきつ類を除く)の対応食(除去食・代替食)の提供。
3. 飲用牛乳類および飲用牛乳に代わる乳製品(ミルクコーヒー・ドリンクヨーグルト等)の除去及び給食費の減額。

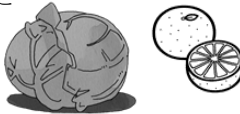
上記の対応には、「食物摂取制限に関する申出書」の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。また、給食センターの調理では、そば及びピーナッツ、ナッツ類(アーモンド・カシューナッツ・くるみ)は使用しておらず、キウイフルーツは当面の間、使用しません。ただし、パン・デザート・ドレッシング等のように直接学校へ配送するものについては対応食の対象となりません。

アレルギーに関するお問い合わせは
アレルギー担当(電話366-8376)までお願いします。

4月の献立

Bブロック

中学校

日	曜	献立名		主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
19	火	セルフサンド(ライ麦パン・フランクケチャップソース)	(フランクケチャップソース)	フランク、米ぬか油、トマトケチャップ、中濃ソース、洋辛子、でんぷん	774 25.7	春が「旬」の食材を取り入れています！ 春は、生命力にあふれ、栄養を蓄えた食材が色々あります。4月の給食には、その中から下記の食材を使用します。 旬を味わいましょう。 【旬の食材】 グリーンアスパラガス・ふき・春キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など 
		フランクケチャップソース)	鶏肉と野菜のスープ	鶏肉、米ぬか油、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、小松菜、白こしょう、しょうゆ		
		乳酸飲料	ジャーマンポテト	じゃが芋、ベーコン、ホールコーン、玉ねぎ、黒こしょう、米ぬか油		
20	水	ご飯	豚肉の甘辛だれ	豚肉、白こしょう、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、しょうが、しょうゆ、三温糖	829 33.3	
		牛乳	鶏ごぼう汁	鶏肉、米ぬか油、油揚げ、ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにやく、ねぎ、しょうゆ		
			ハム入り辛子酢和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、洋辛子、しょうゆ、酢、三温糖		
21	木	ご飯	和風ハンバーグ	豚肉、豆腐、玉ねぎ、しいたけ、米ぬか油、パン粉、白こしょう、ナツメグ、しょうゆ、三温糖、酢、でんぷん	816 35.5	
		牛乳	五目汁	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、じゃが芋、たけのこ、玉ねぎ、みそ、一味唐辛子		
			ひじき入りサラダ	ひじき、キャベツ、パプリカ、竹輪、酢、三温糖、しょうゆ、米ぬか油		
22	金	ご飯/のり佃煮	春野菜の旨煮	生揚げ、豚肉、米ぬか油、ふき、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、三温糖、しょうゆ、でんぷん	791 31.4	
		牛乳	さつま汁	鶏肉、米ぬか油、ごぼう、さつま芋、にんじん、大根、こんにやく、ねぎ、みそ、しょうゆ		
25	月	いか入り中華丼	(麦ご飯/いか入り中華丼の具)	米、麦/いか、しょうが、にんにく、豚肉、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、白菜、たけのこ、チンゲン菜、パプリカ、しょうゆ、三温糖、でんぷん、ごま油	819 31.0	
		牛乳	華風コンスープ	鶏肉、米ぬか油、にんじん、ねぎ、ホールコーン、小松菜、しょうゆ、白こしょう、ごま油、でんぷん		
			みかんゼリー	みかん缶、みかんゼリー		
26	火	きつねうどん	(きつねうどん)	うどん、米ぬか油、鶏肉、にんじん、ねぎ、ごぼう、しょうゆ、三温糖、でんぷん、油揚げ	826 33.3	
		赤しそおにぎり	めひかりのから揚げ	めひかり、白こしょう、でんぷん、米ぬか油		
		牛乳	白菜のサラダ(クリーミーフレンチドレ)	白菜、小松菜、しめじ、こんにやく、クリーミーフレンチドレッシング		
27	水	たけのこご飯	(たけのこご飯)/鶏肉のから揚げねぎソース	米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油/鶏肉、しょうゆ、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、三温糖、ごま油	829 34.7	
		牛乳	田舎汁	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、大根、こねぎ、みそ		
			野菜のベーコン炒め	キャベツ、ベーコン、米ぬか油、にんじん、小松菜、れんこん、白こしょう、しょうゆ		
28	木	食パン	鯖のカレームニエル	鯖、白こしょう、カレー粉、小麦粉、米ぬか油	827 31.3	
		バター	トマトスープ	豚肉、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、大豆、トマト水煮、セロリー、トマトピューレ、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、白こしょう		
		牛乳	じゃが芋のピクルスサラダ	じゃが芋、にんじん、パプリカ、米ぬか油、酢、三温糖、にんにく、きゅうり		

※今月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、5月2日(月)です。4月27日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。



今月の平均	
エネルギー(kcal)	801
たんぱく質(g)	31.7

4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	宮城	河内晩柑	愛知	にんにく	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・北海道	清見オレンジ	愛媛他	しょうが	高知
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	さつま芋	千葉・茨城	グリーンアスパラ	長崎・佐賀
鶏肉	宮崎・岩手・山梨	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	東京・愛知・神奈川
鯖	ノルウェー	ごぼう	青森	小松菜	東京・埼玉
さわら	東シナ海	大根	千葉	白菜	東京・兵庫・茨城
ホキ	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道・佐賀他	ねぎ	千葉・埼玉
いか	ペルー	にんじん	徳島	胡瓜	千葉
めひかり	宮城	れんこん	茨城	江戸菜	千葉



今月の府中産は

**キャベツ、白菜
小松菜**

を使用する予定です。



給食センター
ホームページ
へのアクセス
は、こちらから
が便利です。