

府中市立学校給食センター献立表

令和5年1月27日 発行

2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とのえる		
1	水	ごはん いわしのかばやきだれ こまつなのみそしる ごまくまめ		ぎゅうにゅう、いわし、 ぶたにく、みそ、とりにく、 こんぶ、だいず	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、こんにやく	にんじん、たけのこ、だいこん、 ねぎ、こまつな、ごぼう、えだまめ	661 30.5	 2月1日(水) 「節分献立」
2	木	ごはん ぶたにくのあまからあげ はくさいのみそしる やさしいのにも		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ、みそ、とりにく	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、さといも	にんじん、はくさい、えのきたけ、 ねぎ、だいこん、えだまめ	690 30.1	2月3日は「節分」です。「1年間、 健康に過ごせるように」という願いを 込めて、豆まきやいわしの頭と柗を 玄関に飾って「悪いもの」を追い払う 風習があります。それにちなみ、「大 豆」と「いわし」を使った献立を出しま す。
3	金	にこみうどん もちじゅうろっこくまいおにぎり やしししゃも キャベツのごまあえ		ぎゅうにゅう、とりにく、 なると、しししゃも、 あぶらあげ、みそ、 くるまめ、あずき、だいず	うどん、こめ、もちごめ、おしむぎ、くるまい、 アマランサス、はつがげんまい、 あかまい、もちきび、もちあわ、うるちあわ、 みどりまい、はとむぎ、もちげんまい、ひえ、 たかきび、ごま、こめぬかあぶら、でんぷん、 さんおんとう	にんじん、だいこん、こまつな、 ねぎ、キャベツ、さいいんげん	602 29.9	
6	月	カレーピラフ クリームシチュー やさしいため ようなしゼリー		ぎゅうにゅう、ウインナー、 とりにく、なまクリーム	こめ、オリーブゆ、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 バター、こむぎこ、 ようなしゼリー	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、しょうが、 キャベツ、たけのこ、ピーマン、 きパブリカ	677 20.1	
7	火	ごはん とりにくのしおだれあげ さわにわん やさしいのみそあえ		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、みそ	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら	たまねぎ、レモン、ごぼう、 だいこん、にんじん、ねぎ、 たけのこ、しいたけ、ほうれんそう、 キャベツ、エリンギ	607 25.0	リクエスト給食 が登場します！！
8	水	フレッシュパン ハンバーグデミグラスソース ポテトスープ コールスロー		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ぶたにく、とうふ、とりにく	パン、パンこ、こめぬかあぶら、 でんぷん、じゃがいも、 さんおんとう	たまねぎ、にんじん、かぶ、 しょうが、キャベツ、セロリー、 ホールコーン	763 26.9	今年度卒業する6年生を対象に、 もう一度食べたい給食のアンケート をしました。上位の献立が2・3月に 登場します。お楽しみに！
9	木	ごはん なまあげのチリソースいため はくさいスープ ぼんかん		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 なまあげ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 ごまあぶら、さんおんとう、 でんぷん	しょうが、にんにく、にんじん、 たけのこ、しいたけ、ねぎ、 たまねぎ、はくさい、こまつな、 ぼんかん	620 25.3	
10	金	しょうゆラーメン あげおさつ ミックスサラダ (たまごいりソイドレッシング)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ミックスビーンズ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 ラード、ごまあぶら、 さつまいも、ドレッシング	しょうが、にんにく、にんじん、 たけのこ、キャベツ、チンゲンサイ、 ねぎ、だいこん、きゅうり	632 20.8	★6日(月) 第5位「クリームシチュー」
13	月	わかめごはん なまあげのそぼろあんかけ ごもくじる やさしいのあまからいため		ぎゅうにゅう、わかめ、 なまあげ、とりにく、 ぶたにく、みそ、さつまあげ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 じゃがいも、こんにやく	しょうが、たまねぎ、にんじん、 たけのこ、キャベツ、きパブリカ	619 27.1	★8日(水) 第9位「ハンバーグデミグラスソース」
14	火	ごはん ヒレカツ(ちゅうのうソース) のっぺいじる こんにやくいりサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さといも、 でんぷん、こんにやく、 さんおんとう	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、 キャベツ、きゅうり、たまねぎ	609 27.6	★14日(火) 第8位「ヒレカツ」
15	水	ごはん あかうおのごまだれあげ もちいりキムチスープ キャベツのにびたし		ぎゅうにゅう、あかうお、 とりにく、みそ、おかか	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、ごま、 さんおんとう、トッポギ	はくさいキムチ、にんじん、ねぎ、 チンゲンサイ、しょうが、こまつな、 えのきたけ、キャベツ	598 25.8	★21日(火) 第10位「マカロニチーズオムレツ」
								★28日(火) 第7位「ビビンバ」

※3月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、2月28日(火)です。2月24日(金)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5年1月27日 発行

2月のこんだて
小学校

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	からだのちようしをととのえる			
16	木	ココアパン とりにくのマーマレードやき ミネストローネ かいそうサラダ		ぎゅうにゅう、とりにく、 いんげんまめ、ベーコン、 わかめ、きわかめ、こんぶ、 あおまふのり、あかまふのり、 しろとさかのり、あかとさかのり	パン、マーマレード、 さんおんとう、オリーブゆ	トマトみずに、トマトピューレ、 たまねぎ、かぶ、にんじん、 セロリ、キャベツ、 ホールコーン	690 29.4	<div style="text-align: center;"> <p>20(月)</p> <p>「米粉麺のソテー」</p> <p>こめこめんは、府中市と姉妹都市である長野県佐久穂町で栽培・収穫された米で作った「さくほーめん」を使用します。つるつる・もちもちとした食感が特徴で、食べ応えがあります。野菜と合わせて、味噌味のソテーにしました。</p> <p>今月の府中産野菜は 小松菜・白菜・里芋・大根 にんじん・ミニトマト 農工大産の野菜は 里芋の予定です。</p> </div>	
17	金	ぶたどん さつまいものみそしる ちくわいりゆでやさい (ゆずポンず)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、ちくわ	こめ、しらたき、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、さつまいも	たまねぎ、にんじん、だいこん、 こまつな、ねぎ、はくさい、きゅうり	658 25.3		
20	月	ごはん さばのピリからやき なめこだいこんのみそしる こめこめんのソテー		ぎゅうにゅう、さば、みそ、 ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、 でんぶん、こめこめん、 さんおんとう	ねぎ、にんにく、たまねぎ、なめこ、 にんじん、だいこん、たけのこ、 チンゲンサイ、きパブリカ	674 26.7		
21	火	デニッシュパン マカロニチーズオムレツ やさいスープ いちご		ぎゅうにゅう、たまご、 なまクリーム、とりにく、 チーズ、ベーコン	パン、こめぬかあぶら、マカロニ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 たけのこ、タアサイ、しょうが、 いちご	631 25.0		
22	水	たきこみごはん さわらのみそだれあげ ちゅうかふうコーンスープ きりぼしだいこんのサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 さわら、みそ、とりにく、 とうふ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 でんぶん、さんおんとう、 ごまあぶら、オリーブゆ	にんにく、しょうが、にんじん、 たけのこ、しいたけ、えだまめ、 たまねぎ、クリームコーン、 ホールコーン、きりぼしだいこん、 キャベツ、きゅうり	657 30.6		
24	金	セルフサンド(とうにゅうパン・ ウイナートマトソース) キャロットポターージュ キャベツとしめじのソテー		ぎゅうにゅう、ウイナー、 とりにく、なまクリーム、 チーズ	パン、こめぬかあぶら、 じゃがいも、こむぎこ、バター	にんじん、たまねぎ、 クリームコーン、こまつな、しめじ、 キャベツ、きパブリカ	687 23.6		
27	月	ポークカレーライス じゃこいりやさいソテー フルーツポンチ (りんご・パイナップル・みかん)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ちりめんじゃこ	こめ、じゃがいも、 こめぬかあぶら、バター、 こむぎこ	にんじん、たまねぎ、にんにく、 しょうが、こまつな、キャベツ、 えのきたけ、りんごレトルト、 パイナップル、みかん	677 19.4		
28	火	ビビンバ だいこんとコーンのスープ ミニトマト		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、ごま、 さんおんとう、ごまあぶら	はくさい、えのきたけ、にら、にんじん、 たけのこ、はくさいキムチ、にんにく、 しょうが、だいこん、たまねぎ、 ホールコーン、チンゲンサイ、ミニトマト	592 26.2		

※材料等の都合により、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。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。

2月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	宮城	ぼんかん	愛媛	にんじん	東京・千葉
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・新潟・北海道	いちご	栃木他	にんにく	青森
牛肉	千葉他	さつまい	千葉・茨城他	ねぎ	千葉
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	里芋	東京・埼玉	キャベツ	愛知他
鶏肉	岩手・宮崎	じゃが芋	鹿児島・長崎	白菜	東京・茨城
ししゃも	欧州	かぶ	千葉・埼玉	小松菜	東京・茨城
いわし	千葉	ごぼう	青森	タアサイ	東京・茨城
ちりめんじゃこ	九州・瀬戸内	しょうが	高知	ミニトマト	東京・熊本
鱈	九州・韓国	大根	東京・神奈川	玉ねぎ	北海道



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。

※3月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、2月28日(火)です。2月24日(金)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5年1月27日 発行

2月のこんだて 小学校

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		
1	水	わかめごはん なまあげのそぼろあんかけ ごもくじる やさしいあまからいため		ぎゅうにゅう、わかめ、 なまあげ、とりにく、 ぶたにく、みそ、さつまあげ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 じゃがいも、こんにやく	しょうが、たまねぎ、にんじん、 たけのこ、キャベツ、きパブリカ	619 27.1	2月3日(金) 「節分献立」 <p>2月3日は「節分」です。「1年間、健康に過ごせるように」という願いを込めて、豆まきやいわしの頭と柁を玄関に飾って「悪いもの」を追い払う風習があります。それにちなみ、「大豆」と「いわし」を使った献立を出します。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> リクエスト給食 が登場します！！ </div> <p>今年度卒業する6年生を対象に、もう一度食べたい給食のアンケートをしました。上位の献立が2・3月に登場します。お楽しみに！</p> <p>★9日(木) 第9位「ハンバーグデミグラスソース」</p> <p>★10日(金) 第5位「クリームシチュー」</p> <p>★14日(火) 第7位「ビビンバ」</p> <p>★17日(金) 第10位「マカロニチーズオムレツ」</p> <p>★28日(火) 第8位「ヒレカツ」</p>
2	木	ココアパン とりにくのマーマレードやき ミネストローネ かいそうサラダ		ぎゅうにゅう、とりにく、 いんげんまめ、ベーコン、 わかめ、くきわかめ、こんぶ、 あおまふのり、あかまふのり、 しろとさかのり、あかとさかのり	パン、マーマレード、 さんおんとう、オリーブゆ	トマトみずくに、トマトピューレ、 たまねぎ、かぶ、にんじん、 セロリー、キャベツ、 ホールコーン	690 29.4	
3	金	ごはん いわしのかばやきだれ こまつなのみそしる ごまくまめ		ぎゅうにゅう、いわし、 ぶたにく、みそ、とりにく、 こんぶ、だいず	こめ、でんぶん、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、こんにやく	にんじん、たけのこ、だいこん、 ねぎ、こまつな、ごぼう、えだまめ	661 30.5	
6	月	しょうゆラーメン あげおさつ ミックスサラダ (たまごいりソイドレッシング)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ミックスビーンズ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 ラード、ごまあぶら、 さつまいも、ドレッシング	しょうが、にんにく、にんじん、 たけのこ、キャベツ、チンゲンサイ、 ねぎ、だいこん、きゅうり	632 20.8	
7	火	ごはん さばのピリからやき なめことだいこんのみそしる こめこめんのソテー		ぎゅうにゅう、さば、みそ、 ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、 でんぶん、こめこめん、 さんおんとう	ねぎ、にんにく、たまねぎ、なめこ、 にんじん、だいこん、たけのこ、 チンゲンサイ、きパブリカ	674 26.7	
8	水	ごはん なまあげのチリソースいため はくさいスープ ぼんかん		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 なまあげ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 ごまあぶら、さんおんとう、 でんぶん	しょうが、にんにく、にんじん、 たけのこ、しいたけ、ねぎ、 たまねぎ、はくさい、こまつな、 ぼんかん	620 25.3	
9	木	フレッシュパン ハンバーグデミグラスソース ポテトスープ コールスロー		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ぶたにく、とうふ、とりにく	パン、パンこ、こめぬかあぶら、 でんぶん、じゃがいも、 さんおんとう	たまねぎ、にんじん、かぶ、 しょうが、キャベツ、セロリー、 ホールコーン	763 26.9	
10	金	カレーピラフ クリームシチュー やさしいため ようなしゼリー		ぎゅうにゅう、ウインナー、 とりにく、なまクリーム	こめ、オリーブゆ、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 バター、こむぎこ、 ようなしゼリー	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、しょうが、 キャベツ、たけのこ、ピーマン、 きパブリカ	677 20.1	
13	月	ごはん とりにくのしおだれあげ さわにわん やさしいみそあえ		ぎゅうにゅう、とりにく、 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	たまねぎ、レモン、ごぼう、 だいこん、にんじん、ねぎ、 たけのこ、しいたけ、ほうれんそう、 キャベツ、エリンギ	607 25.0	
14	火	ビビンバ だいこんとコーンのスープ ミニトマト		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、ごま、 さんおんとう、ごまあぶら	はくさい、えのきたけ、にら、にんじん、 たけのこ、はくさいキムチ、にんにく、 しょうが、だいこん、たまねぎ、 ホールコーン、チンゲンサイ、ミニトマト	592 26.2	
15	水	にこみうどん もちじゅうろっこくまいおにぎり やししやも キャベツのごまあえ		ぎゅうにゅう、とりにく、 なると、ししやも、 あぶらあげ、みそ、 くろまめ、あずき、だいず	うどん、こめ、もちごめ、おしむぎ、くろまい、 アマランサス、はつがけんまい、 あかまい、もちきび、もちあわ、うるちあわ、 みどりまい、はとむぎ、もちげんまい、ひえ、 たかきび、ごま、こめぬかあぶら、でんぶん、 さんおんとう	にんじん、だいこん、こまつな、 ねぎ、キャベツ、さやいんげん	602 29.9	

※3月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、2月28日(火)です。2月24日(金)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

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

府中市立学校給食センター献立表

令和5年1月27日 発行

2月のこんだて
小学校

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			
16	木	ごはん ぶたにくのあまからあげ はくさいのみそしる やさしいのもの		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ、みそ、とりにく	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、さといも	にんじん、はくさい、えのきたけ、 ねぎ、だいこん、えだまめ	690 30.1	<div style="text-align: center;"> <p>7日(火)</p> <p>「米粉麺のソテー」</p> </div> <p>こめこめん ふちゅうし しまいとし 米粉麺は、府中市と姉妹都市である長野県佐久穂町で栽培・収穫される長野県佐久穂町で栽培・収穫された米で作った「さくほーめん」を使用します。つるつる・もちもちとした食感が特徴で、食べ応えがあります。野菜と合わせて、味噌味のソテーにしました。</p>	
17	金	デニッシュパン マカロニチーズオムレツ やさしいスープ いちご		ぎゅうにゅう、たまご、 なまクリーム、とりにく、 チーズ、ベーコン	パン、こめぬかあぶら、マカロニ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 たけのこ、タアサイ、しょうが、 いちご	631 25.0		
20	月	ポークカレーライス じゃこいりやさしいソテー フルーツポンチ (りんご・パイナップル・みかん)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ちりめんじゃこ	こめ、じゃがいも、 こめぬかあぶら、バター、 こむぎこ	にんじん、たまねぎ、にんにく、 しょうが、こまつな、キャベツ、 えのきたけ、りんごレトルト、 パイナップル、みかんかん	677 19.4		
21	火	ぶたどん さつまいものみそしる ちくわいりゆでやさしい (ゆずポンず)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、ちくわ	こめ、しらたき、 こめぬかあぶら、 さんおんとう、さつまいも	たまねぎ、にんじん、だいこん、 こまつな、ねぎ、はくさい、きゅうり	658 25.3		
22	水	セルフサンド(とうにゅうパン・ ウイナートマトソース) キャロットポタージュ キャベツとしめじのソテー		ぎゅうにゅう、ウイナー、 とりにく、なまクリーム、 チーズ	パン、こめぬかあぶら、 じゃがいも、こむぎこ、バター	にんじん、たまねぎ、 クリームコーン、こまつな、しめじ、 キャベツ、きパプリカ	687 23.6		
24	金	たきこみごはん さわらのみそだれあげ ちゅうかふうコーンスープ きりぼしだいこんのサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 さわら、みそ、とりにく、 とうふ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 でんぷん、さんおんとう、 ごまあぶら、オリーブゆ	にんにく、しょうが、にんじん、 たけのこ、しいたけ、えだまめ、 たまねぎ、クリームコーン、 ホールコーン、きりぼしだいこん、 キャベツ、きゅうり	657 30.6		
27	月	ごはん あかうおのごまだれあげ もちいりキムチスープ キャベツのにびたし		ぎゅうにゅう、あかうお、 とりにく、みそ、おかか	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、ごま、 さんおんとう、トッポギ	はくさいキムチ、にんじん、ねぎ、 チンゲンサイ、しょうが、こまつな、 えのきたけ、キャベツ	598 25.8		
28	火	ごはん ヒレカツ(ちゅうのうソース) のっぺいじる こんにやくいりサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 あぶらあげ	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さといも、 でんぷん、こんにやく、 さんおんとう	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、 キャベツ、きゅうり、たまねぎ	609 27.6		

※材料等の都合により、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。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。

2月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	宮城	ぼんかん	愛媛	にんじん	東京・千葉
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・山形・岩手・静岡・新潟・北海道	いちご	栃木他	にんにく	青森
牛肉	千葉他	さつまいも	千葉・茨城他	ねぎ	千葉
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	里芋	東京・埼玉	キャベツ	愛知他
鶏肉	岩手・宮崎	じゃが芋	鹿児島・長崎	白菜	東京・茨城
ししゃも	欧州	かぶ	千葉・埼玉	小松菜	東京・茨城
いわし	千葉	ごぼう	青森	タアサイ	東京・茨城
ちりめんじゃこ	九州・瀬戸内	しょうが	高知	ミニトマト	東京・熊本
鱈	九州・韓国	大根	東京・神奈川	玉ねぎ	北海道



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。

※3月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、2月28日(火)です。2月24日(金)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

C・Dブロック