

# 府中市立学校給食センター献立表

令和5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		
8/30	水	なすいりカレーめん ポテトフライ かいそうサラダ (かんぎつドレッシング)	いんりょう きんぎょ	にゅうさんきんいんりょう、 だいず、ぶたにく、こんぶ、 わかめ、くきわかめ、 しろとさかのり、 あかとさかのり、いとかんてん	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 こむぎこ、じゃがいも	なす、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、 にんにく、しょうが、トマトみずに、 キャベツ、きゅうり	627 20.1	<p><b>2学期の給食が始まります！</b></p> <p>今月の給食は、前半は「夏」を意識し、暑い中でも食べやすいメニューを取り入れました。後半は、「秋」の気配を感じられるように、秋の食材を取り入れました。お楽しみに。</p>  <p><b>12日(火)「梨ゼリー」</b>                  府中市内で栽培・収穫された「梨」を加工し、ゼリーにしたものを提供します。果肉のシャリシャリとした食感と梨の甘みを楽しめます。</p> <p><b>25日(月)ガパオライス</b>                  タイ料理の「ガパオライス」を給食風にアレンジします。ひき肉と野菜をオイスターソース、しょうゆ、砂糖、ごま油などで味付けをしてご飯の上によそって食べます。</p> <p><b>26日(火)「お月見献立」</b>                  今年は9月29日が「十五夜」です。それにちなみ、汁物には、月見団子にみたてた「玄米団子」と、うさぎの絵のかまぼこを入れました。お楽しみに。</p>  <p>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。</p>
8/31	木	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、ぶたにく、 とうふ、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、じゃがいも	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	604 27.7	
9/1	金	デニッシュパン とりにくのおニオンソース ポトフ コールスロー	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 じゃがいも、オリーブゆ	レモン、たまねぎ、にんにく、 セロリ、にんじん、かぶ、はくさい、 しょうが、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン	624 22.7	
9/4	月	ごはん あじのレモンじょうゆ ウースタン やさしいおこうじため	牛乳	ぎゅうにゅう、あじ、 とりにく、とうふ、ぶたにく	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら	レモン、にんじん、たけのこ、ねぎ、 こまつな、しょうが、キャベツ、 たまねぎ	634 29.7	
9/5	火	とうにゅうパン チリコンカン やさいスープ マセドアンサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、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、トマトみずに、 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	629 26.2	
9/6	水	にくやさいためどん かんこくふうスープ ミックスゼリー (みかん・レモン)	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ、 みかんゼリー、レモンゼリー	にんにく、しょうが、たまねぎ、 にんじん、あかパプリカ、にら、 はくさい、ねぎ、しいたけ、 みかんかん	720 24.9	
9/7	木	ごはん ぶたにくのしょうがやき さつまいものみそじる ちくわいりやさしいため	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、みそ、ちくわ	こめ、こめぬかあぶら、 さつまいも、こんにやく	しょうが、にんじん、だいこん、 たまねぎ、キャベツ、こまつな	605 29.8	
9/8	金	ごはん とりにくのケチャップソース しろみだんごじる しらたきいため	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 しろみボール、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、しらたき	ごぼう、にんじん、こまつな、 だいこん、ねぎ、たけのこ、 チンゲンサイ	674 28.1	
9/11	月	ごはん さけの Tandrier-ふうやき こんさいのみそじる わかめサラダ (ゆずポンず)	牛乳	ぎゅうにゅう、さけ、 あぶらあげ、みそ、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、こんにやく、 マヨネーズふうちようみりょう (たまごなし)	にんにく、にんじん、だいこん、 たまねぎ、えのきたけ、こまつな、 キャベツ	572 29.0	
9/12	火	ハムコーンピラフ さつまいものシチュー ベジタブルソテー なしゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう、ハム、 とりにく、なまクリーム、 ベーコン	こめ、オリーブゆ、さつまいも、 こめぬかあぶら、こむぎこ、 バター、なしゼリー	にんじん、たまねぎ、ホールコーン、 しょうが、キャベツ、エリンギ、 こまつな	683 21.8	
9/13	水	もちじゅうろっこくまいおにぎり さばのみそだれやき だいこんじる こまつなのあえもの	牛乳	ぎゅうにゅう、さば、みそ、 なまあげ、だいず、 くろまめ、あずき	こめ、もちこめ、おしむぎ、くろまい、 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、はとむぎ、 うるちあわ、みどりまい、もちげんまい、 ひえ、たかきび、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん	しょうが、にんじん、はくさい、 だいこん、えのきたけ、こまつな、 キャベツ	607 26.1	

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(木)です。8月29日(火)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		8, 9月の主な使用食材の予定産地(小学校)	
14	木	きつねどん さわにわん ちゅうかふうサラダ		ぎゅうにゅう, とりにく, あぶらあげ, ぶたにく	こめ, こめぬかあぶら, しらたき, さんおんとう, でんぶん, ごま, ごまあぶら	たまねぎ, にんじん, ごぼう, だいこん, ねぎ, たけのこ, しいたけ, こまつな, キャベツ, きゅうり, あかパブリカ, にんにく	624 24.5	米	岩手
15	金	にくみそうどん ささかまのてんがら エリンギいりソテー		にゅうさんきんいんりょう, ぶたにく, とりにく, だいず, みそ, ささかまぼこ	うどん, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぶん, こむぎこ	にんにく, しょうが, しいたけ, にんじん, ねぎ, たまねぎ, たけのこ, こまつな, キャベツ, エリンギ, きパブリカ	584 22.6	豚肉	茨城・埼玉・青森
19	火	ごはん たれカツ みそとりごぼうじる やさいのソースいため		ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく, あぶらあげ, みそ, ウインナー	こめ, こむぎこ, 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	ごぼう, にんじん, だいこん, こまつな, キャベツ, たまねぎ, たけのこ, しょうが, にんにく	654 30.5	さば	ノルウェー
20	水	にんじんパン あじつきハンバーグ だいこんとこまつなのスープ こんにやくいりサラダ (ごまドレッシング)		ぎゅうにゅう, ぶたにく, とうふ, とりにく	パン, パンこ, こめぬかあぶら, こんにやく, ドレッシング	たまねぎ, こまつな, だいこん, にんじん, しょうが, キャベツ, きゅうり	591 29.5	さつま芋	千葉・茨城
21	木	ハヤシライス ズッキーニいりやさいため ぶどう		ぎゅうにゅう, ぶたにく, ベーコン	こめ, こめぬかあぶら, こむぎこ, バター, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, エリンギ, ズッキーニ, マッシュルーム, トマトピューレ, キャベツ, ぶどう	632 21.0	じゃが芋	北海道
22	金	くろまいごはん ほっけのからあげ ぶたじる にびたし		ぎゅうにゅう, ほっけ, ぶたにく, あぶらあげ, みそ, おかか	こめ, くろまい, でんぶん, こめぬかあぶら, じゃがいも, こんにやく	だいこん, たまねぎ, にんじん, こまつな, はくさい, えのきたけ	620 28.9	ごぼう	群馬・青森
25	月	ガパオふうライス わかめいりスープ ゆでやさい (たまねぎドレッシング)		ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいず, とりにく, わかめ	こめ, さんおんとう, ごまあぶら, こめぬかあぶら, こんにやく, ドレッシング	にんにく, たまねぎ, あかパブリカ, ピーマン, にんじん, だいこん, しいたけ, ねぎ, しょうが, キャベツ, きゅうり	595 26.6	白菜	長野他
26	火	ごはん さわらのごまだれあげ げんまいだんごじる やさいのみそいため		ぎゅうにゅう, さわら, とりにく, ちらしかまぼこ, ハム, みそ	こめ, でんぶん, こめぬかあぶら, ごま, さんおんとう, げんまいだんご, こんにやく	にんじん, だいこん, ねぎ, こまつな, キャベツ, ホールコーン	680 29.0	小松菜	茨城・東京
27	水	こくとうパン きのこいりグラタン ほそぎりやさいのスープ れいとうみかん		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	エリンギ, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, はくさい, だいこん, こまつな, しょうが, れいとうみかん	691 24.3	チンゲン菜	静岡・茨城・東京
28	木	ごはん なまあげのそぼろあんかけ ちゅうかふうコーンスープ だいこんサラダ		ぎゅうにゅう, なまあげ, とりにく, ぶたにく	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぶん, ごまあぶら	しょうが, たまねぎ, にんじん, コーンピューレ, ホールコーン, チンゲンサイ, だいこん, きゅうり, きパブリカ	602 22.9	長茄子	茨城
29	金	ごはん とりにくのこめこあげ みそけんちんじる やさいのケチャップいため		ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, とうふ, みそ, ベーコン	こめ, こめこ, こめぬかあぶら, こんにやく, オリーブゆ	にんにく, しょうが, にんじん, だいこん, ねぎ, あかパブリカ, たまねぎ, キャベツ, しめじ	662 27.5	ズッキーニ	長野

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 たまねぎ さい  
**小松菜、玉ねぎ、チンゲン菜**  
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(木)です。8月29日(火)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5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		
8/30	水	ごはん すきやきに ごもくじる ミニトマト		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、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、じゃがいも	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	604 27.7	<b>2学期の給食が始まります!</b>
8/31	木	なすいりカレーめん ポテトフライ かいそうサラダ (かんきつドレッシング)		にゅうさんきんいんりょう、 だいず、ぶたにく、こんぶ、 わかめ、くきわかめ、 しろとさかのり、 あかとさかのり、いとかんてん	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 こむぎこ、じゃがいも	なす、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、 にんにく、しょうが、トマトみずに、 キャベツ、きゅうり	627 20.1	今月の給食は、前半は「夏」を意識し、暑い中でも食べやすいメニューを取り入れました。後半は、「秋」の気配を感じられるように、秋の食材を取り入れました。お楽しみに。
9/1	金	ごはん あじのレモンじょうゆ ウースタン やさいのしおこうじため		ぎゅうにゅう、あじ、 とりにく、とうふ、ぶたにく	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら	レモン、にんじん、たけのこ、ねぎ、 こまつな、しょうが、キャベツ、 たまねぎ	634 29.7	
9/4	月	デニッシュパン とりにくのオニオンソース ポトフ コールスロー		ぎゅうにゅう、とりにく、 ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 じゃがいも、オリーブゆ	レモン、たまねぎ、にんにく、 セロリー、にんじん、かぶ、はくさい、 しょうが、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン	624 22.7	<b>20日(水)「梨ゼリー」</b> 府中市内で栽培・収穫された「梨」を加工し、ゼリーにしたものを提供します。果肉のシャリシャリとした食感と梨の甘みを楽しめます。
9/5	火	ごはん たれカツ みそとごぼうじる やさいのソースいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、あぶらあげ、 みそ、ウインナー	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さんおんとう、 でんぷん、こんにやく	ごぼう、にんじん、だいこん、 こまつな、キャベツ、たまねぎ、 たけのこ、しょうが、にんにく	654 30.5	
9/6	水	ごはん ぶたにくのしょうがやき さつまいものみそしる ちくわいりやさしいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、みそ、ちくわ	こめ、こめぬかあぶら、 さつまいも、こんにやく	しょうが、にんじん、だいこん、 たまねぎ、キャベツ、こまつな	605 29.8	<b>27日(水)「ガパオライス」</b> タイ料理の「ガパオライス」を給食風にアレンジします。ひき肉と野菜をオイスターソース、しょうゆ、砂糖、ごま油などで味付けをしてご飯の上によそって食べます。
9/7	木	にくやさしいためどん かんこくふうスープ ミックスゼリー(みかん・レモン)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ、 みかんゼリー、レモンゼリー	にんにく、しょうが、たまねぎ、 にんじん、あかパプリカ、にら、 はくさい、ねぎ、しいたけ、 みかんかん	720 24.9	<b>28日(木)「お月見献立」</b> 今年は9月29日が「十五夜」です。それにちなみ、汁物には、月見団子にみたてた「玄米団子」と、うさぎの絵のかまぼこを入れました。お楽しみに。
9/8	金	ごはん さけのタンドリーふうやき こんさいのみそしる わかめサラダ(ゆずポンず)		ぎゅうにゅう、さけ、 あぶらあげ、みそ、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、こんにやく、 マヨネーズふうちようみりょう (たまごなし)	にんにく、にんじん、だいこん、 たまねぎ、えのきたけ、こまつな、 キャベツ	572 29.0	
9/11	月	ごはん とりにくのケチャップソース しろみだんごじる しらたきいため		ぎゅうにゅう、とりにく、 しろみボール、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、しらたき	ごぼう、にんじん、こまつな、 だいこん、ねぎ、たけのこ、 チンゲンサイ	674 28.1	
9/12	火	にんじんパン あじつきハンバーグ だいこんとこまつなのスープ こんにやくいりサラダ (ごまドレッシング)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、とりにく	パン、パンこ、こめぬかあぶら、 こんにやく、ドレッシング	たまねぎ、こまつな、だいこん、 にんじん、しょうが、キャベツ、 きゅうり	591 29.5	
9/13	水	くろまいごはん ほっけのからあげ ぶたじる にびたし		ぎゅうにゅう、ほっけ、 ぶたにく、あぶらあげ、 みそ、おかか	こめ、くろまい、でんぷん、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 こんにやく	だいこん、たまねぎ、にんじん、 こまつな、はくさい、えのきたけ	620 28.9	

※8・9月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、8月31日(木)です。8月29日(火)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		8、9月の主な使用食材の予定産地(小学校)	
14	木	にくみそうどん ささかまのてんぷら エリンギいりソテー	いんりょう いんりょう いんりょう	にゅうさんきんいんりょう、 ぶたにく、とりにく、だいず、 みそ、ささかまぼこ	うどん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 こむぎこ	にんにく、しょうが、しいたけ、 にんじん、ねぎ、たまねぎ、 たけのこ、こまつな、キャベツ、 エリンギ、きパブリカ	584 22.6	米	岩手
15	金	きつねどん さわにわん ちゅうかふうサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 あぶらあげ、ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、しらたき、 さんおんとう、でんぶん、ごま、 ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、ごぼう、 だいこん、ねぎ、たけのこ、しいたけ、 こまつな、キャベツ、きゅうり、 あかパブリカ、にんにく	624 24.5	豚肉	茨城・埼玉・青森
19	火	とうにゅうパン チリコンカン やさいスープ マセドアンサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、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、トマトみずに、 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	629 26.2	鶏肉	岩手・宮崎他
20	水	ハムコーンピラフ さつまいものシチュー ベジタブルソテー なしゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう、ハム、 とりにく、なまクリーム、 ベーコン	こめ、オリーブゆ、さつまいも、 こめぬかあぶら、こむぎこ、 バター、なしゼリー	にんじん、たまねぎ、ホールコーン、 しょうが、キャベツ、エリンギ、 こまつな	683 21.8	あじ	ニュージーランド・チリ
21	木	ごはん とりにくのこめこあげ みそけんちんじる やさいのケチャップいため	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、とうふ、みそ、 ベーコン	こめ、こめこ、こめぬかあぶら、 こんにやく、オリーブゆ	にんにく、しょうが、にんじん、 だいこん、ねぎ、あかパブリカ、 たまねぎ、キャベツ、しめじ	662 27.5	鮭	北海道
22	金	もちじゅうろっこまいおにぎり さばのみそだれやき だいこんじる こまつなのあえもの	牛乳	ぎゅうにゅう、さば、みそ、 なまあげ、だいず、 くるまめ、あずき	こめ、もちこめ、おしむぎ、くろまい、 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、はとむぎ、 うるちあわ、みどりまい、もちげんまい、 ひえ、たかきび、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん	しょうが、にんじん、はくさい、 だいこん、えのきたけ、こまつな、 キャベツ	607 26.1	さば	千葉・茨城
25	月	こくとうパン きのこいりグラタン ほそぎりやさいのスープ れいとうみかん	牛乳	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	エリンギ、にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、はくさい、 だいこん、こまつな、しょうが、 れいとうみかん	691 24.3	じゃが芋	北海道
26	火	ごはん なまあげのそぼろあんかけ ちゅうかふうコーンスープ だいこんサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、なまあげ、 とりにく、ぶたにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぶん、 ごまあぶら	しょうが、たまねぎ、にんじん、 コーンピューレ、ホールコーン、 チンゲンサイ、だいこん、 きゅうり、きパブリカ	602 22.9	かぶ	青森他
27	水	ガパオふうライス わかめいりスープ ゆでやさい (たまねぎドレッシング)	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、とりにく、わかめ	こめ、さんおんとう、ごまあぶら、 こめぬかあぶら、こんにやく、 ドレッシング	にんにく、たまねぎ、あかパブリカ、 ピーマン、にんじん、だいこん、 しいたけ、ねぎ、しょうが、キャベツ、 きゅうり	595 26.6	ごぼう	群馬・青森
28	木	ごはん さわらのごまだれあげ げんまいだんごじる やさいのみそいため	牛乳	ぎゅうにゅう、さわら、 とりにく、ちらしかまぼこ、 ハム、みそ	こめ、でんぶん、こめぬかあぶら、 ごま、さんおんとう、 げんまいだんご、こんにやく	にんじん、だいこん、ねぎ、 こまつな、キャベツ、ホールコーン	680 29.0	大根	北海道・青森
29	金	ハヤシライス ズッキーニいりやさいため ぶどう	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ベーコン	こめ、こめぬかあぶら、 こむぎこ、バター、さんおんとう	しょうが、にんにく、にんじん、 たまねぎ、エリンギ、ズッキーニ、 マッシュルーム、 トマトピューレ、キャベツ、ぶどう	632 21.0	玉ねぎ	北海道・東京



**今月の府中産の食材は**  
小松菜、玉ねぎ、チンゲン菜  
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(木)です。8月29日(火)までに預金残高の確認をお願いいたします。