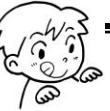


府中市立学校給食センター献立表

令和7年2月26日 発行

3月のこんだて
小学校

日	曜	こんだて	のきもの	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		
3	月	ガーリックライス ビーフシチュー やさいのオイスターいため		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 とりにく	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、 さんおんとう	ホールコーン、にんにく、しょうが、 にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、 トマトピューレ、こまつな、キャベツ	640 25.0	 リクエスト給食 が登場します！！ リクエスト給食のアンケート集計結果、第1～10位のうち、2月の給食に提供していない料理を提供します。 ○7日(金) ジャージャー麺【第1位】 揚げおさつ【第7位】 ○10日(月) キムチスープ【第5位】 ○12日(水) 鶏肉のから揚げ【第6位】 ○13日(木) グラタン【第4位】    
4	火	ごはん にくじゃが こまつなのみそしる こんにゃくいりサラダ (ゆずポンず)		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 あぶらあげ、みそ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、じゃがいも、 さんおんとう、こんにゃく	にんじん、たまねぎ、えだまめ、 えのきたけ、ねぎ、だいこん、こまつな、 キャベツ	576 24.2	
5	水	しろパン ホキフライ (ちゅうのうソース) ウインナーいりスープ こめこめのカレーいため	ヨドリ グン グル クト	ドリンクヨーグルト、ホキ、 ウインナー、とりにく	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、こめこめん	だいこん、たまねぎ、にんじん、えだまめ、 しょうが、にんにく、トマトピューレ	599 27.3	
6	木	マーボーどうふどん わかめいりスープ ちくわいりちゅうかふうサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、 みそ、とりにく、わかめ、ちくわ	こめ、こめぬかあぶら、さんおんとう、 でんぷん、ごま、ごまあぶら	にんにく、しょうが、にんじん、たけのこ、 しいたけ、ねぎ、たまねぎ、だいこん、 エリンギ、はくさい	591 28.0	
7	金	ジャージャーめん あげおさつ 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、とりにく、 みそ、わかめ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、さつまいも、 ドレッシング	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、きゅうり、 キャベツ	641 28.6	
10	月	ごはん さわらのレモンじょうゆ キムチスープ やさいのしおこうじいため		ぎゅうにゅう、さわら、とりにく、 みそ、ぶたにく	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ	レモン、にんじん、はくさいキムチ、ねぎ、 チンゲンサイ、しょうが、たけのこ、 キャベツ、たまねぎ	632 27.9	

※教職員の年度調整分給食費の納付期限(口座振替日)は、3月31日(月)です。3月27日(木)までに預金残高の確認をお願いいたします。

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

ご卒業おめでとうございます



6年生のみなさんは、小学校の6年間で、入学したころよりも体が大きくなり、とても成長していることでしょう。

中学生になっても、まだまだ心身ともに大きく成長していきます。将来の健康な体をつくるためには、この成長期に食べる食事の内容がとても大切になります。

まずは、「何でも一口は食べてみる」ことから挑戦し、いろいろなものが食べられるようになります。

これからも、給食センターでは、みなさんの活躍を応援しています。ご卒業おめでとうございます。

保護者の方へ

今年度も給食センターの運営にご理解・ご協力いただき誠にありがとうございました。今後も、安全・安心でおいしい給食づくりに加え、食育の観点からも多くの情報を発信していきます。給食を通して、お子様の体づくりに少しでもお役に立てれば幸いです。



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。

Tel042(365)2665

府中市立学校給食センター献立表

令和7年2月26日 発行

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とのえる			
11	火	チキンカレーライス いためナムル せとか		ぎゅうにゅう,とりにく,ぶたにく	こめ,じゃがいも,こめぬかあぶら, バター,こむぎこ,ごまあぶら, さんおんとう	にんじん,たまねぎ,にんにく,しょうが, えのきたけ,キャベツ,ほうれんそう, せとか	639 21. 2	そつぎょう いわ こんだて 「卒業お祝い献立」 にち すい 12日(水) そつぎょう ねんせい き 卒業する6年生へ「おめでとう」の気 もちを込めて提供します。 せきはん ・赤飯おにぎり せきはん いわ こと た りょうり 赤飯は、お祝い事に食べる料理です。 いわ じる ・お祝い汁 しゅく も じ か 「祝」の文字が書かれたなると、さくら はな かたち 花の形のかまぼこを入れます。 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 小松菜、ミニトマト、 はくさい だいこん ねぎ、白菜、大根 よてい の予定です。	
12	水	せきはんおにぎり とりにくのからあげ おいわいじる なばないりやさいのいためあえ		ぎゅうにゅう,とりにく,なると, ちらしかまぼこ,ぶたにく, あずき	こめ,もちごめ,でんぷん, こめぬかあぶら,さんおんとう	だいこん,にんじん,えのきたけ,ねぎ, キャベツ,かきな,しょうが	572 24. 9		
13	木	にんじんパン マカロニグラタン キャベツスープ ミニトマト	みかん ジュース	ぎゅうにゅう,とりにく, なまクリーム,チーズ,ぶたにく	パン,マカロニ,こめぬかあぶら, こむぎこ,バター,パンこ	みかんジュース,にんじん,たまねぎ, マッシュルーム,ホールコーン, キャベツ,こまつな,しょうが,ミニマト	631 20. 5		
14	金	ごはん ぶりのてりやきだれ ぶたじる あぶらあげのいためもの		ぎゅうにゅう,ブリ,ぶたにく, みそ,あぶらあげ	こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう, でんぷん,こんにやく,ごま	ごぼう,にんじん,だいこん,ねぎ, しょうが,たまねぎ,キャベツ,こまつな	599 28. 8		
17	月	ココアデニッシュパン ハンバーグデミグラスソース コーンいりスープ やさいソテー		ぎゅうにゅう,ぎゅうにく, ぶたにく,とうふ,とりにく, ベーコン	パン,パンこ,こめぬかあぶら, でんぷん,オリーブゆ	たまねぎ,にんじん,ホールコーン, クリームコーン,しょうが,エリンギ, キャベツ,えだまめ	738 26. 4		
18	火	ごはん とりにくのカレーやき なめこじる わかめとキャベツのサラダ (かんきつドレッシング)		ぎゅうにゅう,とりにく, なまあげ,みそ,ハム,わかめ	こめ,こめぬかあぶら, 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, なめこ,キャベツ,エリンギ	570 25. 8		
19	水	プルコギどん すましじる ビーンズサラダ		ぎゅうにゅう,ぎゅうにく, ぶたにく,みそ,とりにく, ミックスビーンズ	こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう, こんにやく,さつまいも	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん, あかパプリカ,にら,だいこん,たけのこ, しめじ,ねぎ,きゅうり	627 26. 7	今月の 平均	エネルギー 620 Kcal たんぱく質 25.8 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。

A・B
ブロック

3月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	千葉	せとか	愛媛	ねぎ	東京・茨城・千葉
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・岩手・静岡・新潟・北海道	さつま芋	茨城他	白菜	東京・茨城他
牛肉	北海道他	じゃが芋	北海道	キャベツ	愛知・茨城・群馬他
豚肉	茨城・埼玉・青森他	ごぼう	青森	胡瓜	群馬・千葉
鶏肉	岩手	しょうが	高知	小松菜	東京・茨城
鯖	東シナ海	大根	東京・神奈川	チンゲン菜	静岡
ブリ	九州他	玉ねぎ	北海道	ミニトマト	熊本・東京
ホキ	ニュージーランド	にんじん	徳島	かきな	群馬
なると(祝模様)	日本・タイ	にんにく	青森	ほうれん草	茨城



【児童が考えた給食を提供します！】

市内の小学校の6年生が考えてくれた給食を提供します。
家庭科の授業で学んだ知識をいかし、「栄養バランス」「見た
目の彩り」など、色々な点に配慮して考えた献立内容です。

○4日(火) 府中第六小学校の児童考案

○18日(火) 日新小学校の児童考案

※教職員の年度調整分給食費の納付期限(口座振替日)は、3月31日(月)です。3月27日(木)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7年2月26日 発行

3月のこんだて
小学校

日	曜	こんだて	のきもの	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		
3	月	ジャージャーめん あげおさつ 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,とりにく, みそ,わかめ	ちゅうかめん,こめぬかあぶら, さんおんとう,でんぷん,さつまいも, ドレッシング	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,きゅうり, キャベツ	641 28.6	 REQUEST給食 が登場します!! REQUEST給食のアンケート集計結果、第1～10位のうち、2月の給食に提供していない料理を提供します。 ○3日(月) ジャージャー麺【第1位】 揚げおさつ【第7位】 ○4日(火) 鶏肉のから揚げ【第6位】 ○18日(火) キムチスープ【第5位】 ○19日(水) グラタン【第4位】
4	火	せきはんおにぎり とりにくのからあげ おいわいじる なばないりやさいのいためあえ		ぎゅうにゅう,とりにく,なると, ちらしかまぼこ,ぶたにく, あずき	こめ,もちごめ,でんぷん, こめぬかあぶら,さんおんとう	だいこん,にんじん,えのきたけ,ねぎ, キャベツ,かきな,しょうが	572 24.9	
5	水	プルコギどん すましじる ビーンズサラダ		ぎゅうにゅう,ぎゅうにく, ぶたにく,みそ,とりにく, ミックスビーンズ	こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう, こんにゃく,さつまいも	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん, あかパプリカ,にら,だいこん,たけのこ, しめじ,ねぎ,きゅうり	627 26.7	
6	木	しろパン ホキフライ (ちゅうのうソース) ウインナーいりスープ こめこめんのカレーいため	ヨーグルクト	ドリンクヨーグルト,ホキ, ウインナー,とりにく	パン,こむぎこ,パンこ, こめぬかあぶら,こめこめん	だいこん,たまねぎ,にんじん,えだまめ, しょうが,にんにく,トマトピューレ	599 27.3	
7	金	ガーリックライス ビーフシチュー やさいのオイスターいため		ぎゅうにゅう,ぎゅうにく, とりにく	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, さんおんとう	ホールコーン,にんにく,しょうが, にんじん,たまねぎ,マッシュルーム, トマトピューレ,こまつな,キャベツ	640 25.0	
10	月	ごはん とりにくのカレーやき なめこじる わかめとキャベツのサラダ (かんきつドレッシング)		ぎゅうにゅう,とりにく, なまあげ,みそ,ハム,わかめ	こめ,こめぬかあぶら, 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, なめこ,キャベツ,エリンギ	570 25.8	

※教職員の年度調整分給食費の納付期限(口座振替日)は、3月31日(月)です。3月27日(木)までに預金残高の確認をお願いいたします。

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

ご卒業おめでとうございます



6年生のみなさんは、小学校の6年間で、入学したころよりも体が大きくなり、とても成長していることでしょう。

中学生になっても、まだまだ心身ともに大きく成長していきます。将来の健康な体をつくるためには、この成長期に食べる食事の内容がとても大切になります。

まずは、「何でも一口は食べてみる」ことから挑戦し、いろいろなものが食べられるようになります。

これからも、給食センターでは、みなさんの活躍を応援しています。ご卒業おめでとうございます。

保護者の方へ

今年度も給食センターの運営にご理解・ご協力いただき誠にありがとうございました。今後も、安全・安心でおいしい給食づくりに加え、食育の観点からも多くの情報を発信していきます。給食を通して、お子様の体づくりに少しでもお役に立てれば幸いです。



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。

Tel042(365)2665

府中市立学校給食センター献立表

令和7年2月26日 発行

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とのえる			
11	火	ココアデニッシュパン ハンバーグデミグラスソース コーンいりスープ やさいソテー		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ぶたにく、とうふ、とりにく、 ベーコン	パン、パンこ、こめぬかあぶら、 でんぷん、オリーブゆ	たまねぎ、にんじん、ホールコーン、 クリームコーン、しょうが、エリンギ、 キャベツ、えだまめ	738 26.4	そつぎょう いわ こんだて 「卒業お祝い献立」 か か 4日(火) そつぎょう ねんせい き 卒業する6年生へ「おめでとう」の気 もちを込めて提供します。 せきはん ・赤飯おにぎり せきはん いわ こと た りょうり 赤飯は、お祝い事に食べる料理です。 いわ じる ・お祝い汁 しゆく も じ か 「祝」の文字が書かれたなると、さくら はな かたち 花の形のかまぼこを入れます。 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 小松菜、ミニトマト、 ねぎ、白菜、大根 の予定です。	
12	水	ごはん ぶりのてりやきだれ ぶたじる あぶらあげのいためもの		ぎゅうにゅう、ブリ、ぶたにく、 みそ、あぶらあげ	こめ、こめぬかあぶら、さんおんとう、 でんぷん、こんにゃく、ごま	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、 しょうが、たまねぎ、キャベツ、こまつな	599 28.8		
13	木	マーボーどうふどん わかめいりスープ ちくわいりちゅうかふうサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、 みそ、とりにく、わかめ、ちくわ	こめ、こめぬかあぶら、さんおんとう、 でんぷん、ごま、ごまあぶら	にんにく、しょうが、にんじん、たけのこ、 しいたけ、ねぎ、たまねぎ、だいこん、 エリンギ、はくさい	591 28.0		
14	金	ごはん にくじゃが こまつなのみそしる こんにゃくいりサラダ (ゆずポンず)		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 あぶらあげ、みそ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、じゃがいも、 さんおんとう、こんにゃく	にんじん、たまねぎ、えだまめ、 えのきたけ、ねぎ、だいこん、こまつな、 キャベツ	576 24.2		
17	月	チキンカレーライス いためナムル せとか		ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく	こめ、じゃがいも、こめぬかあぶら、 バター、こむぎこ、ごまあぶら、 さんおんとう	にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが、 えのきたけ、キャベツ、ほうれんそう、 せとか	639 21.2		
18	火	ごはん さわらのレモンじょうゆ キムチスープ やさいのしおこうじいため		ぎゅうにゅう、さわら、とりにく、 みそ、ぶたにく	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ	レモン、にんじん、はくさいキムチ、ねぎ、 チンゲンサイ、しょうが、たけのこ、 キャベツ、たまねぎ	632 27.9		
19	水	にんじんパン マカロニグラタン キャベツスープ ミニトマト	みかん ジュース	ぎゅうにゅう、とりにく、 なまクリーム、チーズ、ぶたにく	パン、マカロニ、こめぬかあぶら、 こむぎこ、バター、パンこ	みかんジュース、にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、ホールコーン、 キャベツ、こまつな、しょうが、ミニトマト	631 20.5	今月の 平均	エネルギー 620 Kcal たんぱく質 25.8 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。

C・D
ブロック

3月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	千葉	せとか	愛媛	ねぎ	東京・茨城・千葉
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・岩手・静岡・新潟・北海道	さつま芋	茨城他	白菜	東京・茨城他
牛肉	北海道他	じゃが芋	北海道	キャベツ	愛知・茨城・群馬他
豚肉	茨城・埼玉・青森他	ごぼう	青森	胡瓜	群馬・千葉
鶏肉	岩手	しょうが	高知	小松菜	東京・茨城
鯖	東シナ海	大根	東京・神奈川	チンゲン菜	静岡
ブリ	九州他	玉ねぎ	北海道	ミニトマト	熊本・東京
ホキ	ニュージーランド	にんじん	徳島	かきな	群馬
なると(祝模様)	日本・タイ	にんにく	青森	ほうれん草	茨城



【児童が考えた給食を提供します！】

市内の小学校の6年生が考えてくれた給食を提供します。
家庭科の授業で学んだ知識をいかし、「栄養バランス」「見た
目の彩り」など、色々な点に配慮して考えた献立内容です。

- 10日(月) 日新小学校の児童考案
- 14日(金) 府中第六小学校の児童考案

※教職員の年度調整分給食費の納付期限(口座振替日)は、3月31日(月)です。3月27日(木)までに預金残高の確認をお願いいたします。