

府中市立学校給食センター献立表

令和6年2月27日 発行

3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)
				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	金	もちじゅうろっこくまいおにぎり さわらのケチャップソース ぶたじる ごぼういりやさしいため		ぎゅうにゅう、さわら、 ぶたにく、とうふ、みそ、 ベーコン、だいず、 くろまめ、あずき	でんぷん、こめぬかあぶら、さんおんとう、 じゃがいも、こんにやく、こめ、もちこめ、 おしむぎ、くろまい、もちあわ、ひえ、 はつがげんまい、あかまい、もちきび、 アマランサス、みどりまい、はとむぎ、 もちげんまい、うるちあわ、たかきび	マッシュルーム、トマトみずに、 にんじん、だいこん、ねぎ、 キャベツ、ごぼう、ピーマン、 エリンギ	615 29.0
4	月	フレッシュパン マカロニグラタン せんぎりやさいのスープ ミニトマト		とりにく、ぎゅうにゅう、 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	みかんジュース、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、ミニトマト	631 17.6
5	火	ジャージャーめん ポテトフライ ちゅうかふうサラダ いちごゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、みそ、 ハム、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、 じゃがいも、ごま、ごまあぶら、 いちごゼリー	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、キャベツ	659 29.9
6	水	ごはん ポークジンジャー はくさいスープ ビーンズサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、 きんときまめ、てぼう	こめ、オリーブゆ、 こめぬかあぶら、さつまいも、 ごま、さんおんとう	たまねぎ、あかパプリカ、 きパプリカ、ピーマン、えだまめ、 エリンギ、しょうが、にんじん、 しいたけ、たけのこ、はくさい	590 26.7
7	木	ココアデニッシュパン とりにくのバジルやき あおなとコーンのスープ ベジタブルソテー		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、ベーコン	パン、オリーブゆ、 こめぬかあぶら	たまねぎ、にんじん、 ホールコーン、チンゲンサイ、 しょうが、キャベツ、エリンギ、 あかパプリカ、こまつな	601 26.0
8	金	ごはん さばのみそにふう とりごぼうじる やさいのソースいため		ぎゅうにゅう、さば、みそ、 とりにく、なまあげ、 ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	しょうが、たまねぎ、ごぼう、 にんじん、だいこん、こまつな、 キャベツ、たけのこ、きパプリカ、 にんにく	640 26.3
11	月	コーンピラフ 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、ぶたにく、 ぎゅうにく	こめ、オリーブゆ、バター、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 こむぎこ、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、 たけのこ、キャベツ	626 25.0
12	火	ごはん とりにくのからあげ さつまいもいりみそしる かいそうサラダ (ごまドレ)		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、あぶらあげ、 みそ、わかめ、こんぶ、 くきわかめ、いとかんてん、 あかとさかのり、しろとさかのり	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さつまいも、ドレッシング	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、 キャベツ、ホールコーン、 あかパプリカ、きゅうり	637 25.8
13	水	ぶたキムチどん ウースタン デコポン		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、とうふ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら	はくさい、ねぎ、にら、にんじん、 はくさいキムチ、にんにく、 しょうが、たけのこ、こまつな、 デコポン	576 24.4
14	木	バンズパン ホキフライ(ちゅうのうソース) コロコロやさいのスープ こめこめんのケチャップソテー		ぎゅうにゅう、ホキ、 ウインナー、ぶたにく	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 こめこめん、オリーブゆ、 さんおんとう	かぶ、たまねぎ、にんじん、 しょうが、にんにく、 マッシュルーム、ピーマン、 トマトピューレ	653 28.5
15	金	チキンカレーライス あぶらあげのいためもの フルーツポンチ		にゅうさんきんいんりょう、 とりにく、ぶたにく、 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、にんにく、 しょうが、キャベツ、こまつな、 ねぎ、りんごレトルト、 パインかん、みかんレトルト	647 16.2

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

お知らせ

リクエスト給食
が登場します!!

6年生を対象に「リクエストメニュー」のアンケートをとりました。集計した結果、1～10位のメニューを2月に引き続き、3月の給食にも提供します。給食が、小学校の思い出の一つになればうれしいです。

【リクエストメニュー】3月登場

- ★1位「ジャージャー麺」5日(火)
- ★3位「チキンカレーライス」15日(金)
- 4位「マカロニグラタン」4日(月)
- 5位「鶏肉のから揚げ」12日(火)
- 7位「ポテトフライ」5日(火)

いちごゼリー
5日(火)

府中市内で栽培・収穫された「いちご」を加工したオリジナルゼリーです。

児童考案の献立を
提供します!!(12日(火))

日新小学校の6年生の児童が考えてくれました。栄養バランスや彩りの良さが工夫されています。

府中市立学校給食センター献立表

令和6年2月27日 発行

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		
18	月	そばろどん ぐだくさんみそしる ちくわいりゆでやさい (たまねぎドレ)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、とりにく、みそ、 ちくわ	こめ、さんおんとう、 こめぬかあぶら、こんにやく、 ドレッシング	えだまめ、しいたけ、 ホールコーン、にんじん、 だいこん、ごぼう、たまねぎ、 キャベツ、エリンギ	602 29.8	 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、 にんじん だいこん ほうさい キャベツ、人参、大根、白菜、 ねぎ、ミニトマト、小松菜 の予定です。
19	火	くろまいごはん まつかぜやき 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、 みそ、なると、 ちらしかまぼこ	こめ、くろまい、さんおんとう、 パンこ、ごま、こめぬかあぶら、 こんにやく	たまねぎ、しょうが、だいこん、 にんじん、えのきたけ、ねぎ、 キャベツ、かきな	576 25.8	

※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。

今月の平均
 エネルギー 619 Kcal
 たんぱく質 25.5 g

3月のこんだて 小学校

「卒業祝い献立」19日(火)

6年生の卒業のお祝いの気持ちを込めて提供します。主食は、赤飯の代わりに「黒米ご飯」、汁物には「祝」の文字が書かれたなるとを入れます。6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。



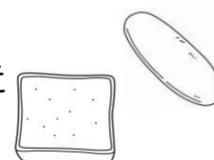
保護者の方へ

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。

【令和6年4月からパンの提供方法が変わります】

令和2年6月から新型コロナウイルス感染症対策として、パンは、「個別包装」にて提供していましたが、令和6年4月から、以前のように「個別包装なし」のパンへ変更いたします。

「個別包装」をしないことで、「朝焼きパン」となり、ふっくらとした食感をたのしみ、パンのおいしさをより味わえます。お楽しみに。



給食費について

令和5年度給食費に未納分・追加分がある方は、4月1日(月)に引き落とされますので、3月29日(金)までに引き落とし口座に入金をお願いいたします。本内容に関するお問い合わせは、学校給食センター給食費担当(366-8375)へ。

3月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	岩手	デコポン	熊本・佐賀他	にんじん	千葉・東京
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・静岡・新潟・愛知・北海道	さつまいも	千葉・茨城	にんにく	青森
牛肉	北関東他	じゃが芋	鹿児島・長崎	ねぎ	千葉・東京
豚肉	茨城・群馬・埼玉・青森他	かぶ	千葉	キャベツ	愛知・東京他
鶏肉	岩手・宮崎他	ごぼう	青森	白菜	兵庫・茨城・東京
さば	ノルウェー・アイルランド	しょうが	高知	小松菜	東京・埼玉
鱈	メキシコ	大根	千葉・神奈川・東京	チンゲン菜	千葉・茨城
ホキ	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道	ミニトマト	熊本・東京



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。

A・Bブロック

府中市立学校給食センター献立表

令和6年2月27日 発行

3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)
				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	金	ぶたキムチどん ウースータン デコボン		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、とうふ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら	はくさい、ねぎ、にら、にんじん、 はくさいキムチ、にんにく、 しょうが、たけのこ、こまつな、 デコボン	576 24.4
4	月	ごはん ポークジンジャー はくさいスープ ビーンズサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、 きんときまめ、てぼう	こめ、オリーブゆ、 こめぬかあぶら、さつまいも、 ごま、さんおんとう	たまねぎ、あかパプリカ、 きパプリカ、ピーマン、えだまめ、 エリンギ、しょうが、にんじん、 しいたけ、たけのこ、はくさい	590 26.7
5	火	コーンピラフ 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、ぶたにく、 ぎゅうにく	こめ、オリーブゆ、バター、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 こむぎこ、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、 たけのこ、キャベツ	626 25.0
6	水	フレッシュパン マカロニグラタン せんぎりやさいのスープ ミニトマト	ジュ かん ス	とりにく、ぎゅうにゅう、 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	みかんジュース、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、ミニトマト	631 17.6
7	木	もちじゅうろっこくまいおにぎり さわらのケチャップソース ぶたじる ごぼういりやさしいため		ぎゅうにゅう、さわら、 ぶたにく、とうふ、みそ、 ベーコン、だいず、 くろまめ、あずき	でんぷん、こめぬかあぶら、さんおんとう、 じゃがいも、こんにやく、こめ、もちごめ、 おしむぎ、くろまい、もちあわ、ひえ、 はつがげんまい、あかまい、もちきび、 アマランサス、みどりまい、はとむぎ、 もちげんまい、うるちあわ、たかきび	マッシュルーム、トマトみずに、 にんじん、だいこん、ねぎ、 キャベツ、ごぼう、ピーマン、 エリンギ	615 29.0
8	金	ごはん とりにくのからあげ さつまいもいりみそしる かいそうサラダ (ごまドレ)		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、あぶらあげ、 みそ、わかめ、こんぶ、 くきわかめ、いとかんてん、 あかとさかのり、しるとさかのり	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さつまいも、ドレッシング	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、 キャベツ、ホールコーン、 あかパプリカ、きゅうり	637 25.8
11	月	ジャージャーめん ポテトフライ ちゅうかふうサラダ いちごゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、だいず、みそ、 ハム、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、 じゃがいも、ごま、ごまあぶら、 いちごゼリー	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、キャベツ	659 29.9
12	火	ごはん さばのみそにふう とりごぼうじる やさいのソースいため		ぎゅうにゅう、さば、みそ、 とりにく、なまあげ、 ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	しょうが、たまねぎ、ごぼう、 にんじん、だいこん、こまつな、 キャベツ、たけのこ、きパプリカ、 にんにく	640 26.3
13	水	ココアデニッシュパン とりにくのバジルやき あおなとコーンのスープ ベジタブルソテー		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、ベーコン	パン、オリーブゆ、 こめぬかあぶら	たまねぎ、にんじん、 ホールコーン、チンゲンサイ、 しょうが、キャベツ、エリンギ、 あかパプリカ、こまつな	601 26.0
14	木	そばろどん ぐだくさんみそしる ちくわいりゆでやさい (たまねぎドレ)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、とりにく、みそ、 ちくわ	こめ、さんおんとう、 こめぬかあぶら、こんにやく、 ドレッシング	えだまめ、しいたけ、 ホールコーン、にんじん、 だいこん、ごぼう、たまねぎ、 キャベツ、エリンギ	602 29.8
15	金	くろまいごはん まつかぜやき おいわいじる なばないりやさしいためあえ		ぎゅうにゅう、とりにく、 みそ、なると、 ちらしかまぼこ	こめ、くろまい、さんおんとう、 パンこ、ごま、こめぬかあぶら、 こんにやく	たまねぎ、しょうが、だいこん、 にんじん、えのきたけ、ねぎ、 キャベツ、かきな	576 25.8

お知らせ

リクエスト給食
が登場します!!

6年生を対象に「リクエストメニュー」のアンケートをとりました。集計した結果、1～10位のメニューを2月に引き続き、3月の給食にも提供します。給食が、小学校の思い出の一つになればうれしいです。

【リクエストメニュー】3月登場

- ★1位「ジャージャー麺」11日(月)
- ★3位「チキンカレーライス」19日(火)
- 4位「マカロニグラタン」6日(水)
- 5位「鶏肉のから揚げ」8日(金)
- 7位「ポテトフライ」11日(月)

いちごゼリー

11日(月)

府中市内で栽培・収穫された「いちご」を加工したオリジナルゼリーです。

児童考案の献立を
提供します!【8日(金)】

日新小学校の6年生の児童が考えてくれました。栄養バランスや彩りの良さが工夫されています。

府中市立学校給食センター献立表

令和6年2月27日 発行

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		
18	月	パンズパン ホキフライ (ちゅうのうソース) コロコロやさいのスープ こめこめのケチャップソテー		ぎゅうにゅう, ホキ, ウインナー, ぶたにく	パン, こむぎこ, パンこ, こめぬかあぶら, じゃがいも, こめこめん, オリーブゆ, さんおんとう	かぶ, たまねぎ, にんじん, しょうが, にんにく, マッシュルーム, ピーマン, トマトピューレ	653 28.5	 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、 にんじん だいこん ほうさい キャベツ、人参、大根、白菜、 ねぎ、ミニトマト、こまつな 小松菜 の予定です。
19	火	チキンカレーライス あぶらあげのいためもの フルーツポンチ	にゅうさんきん いんりょうきん	にゅうさんきんいんりょう, とりにく, ぶたにく, 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, にんにく, しょうが, キャベツ, こまつな, ねぎ, りんごレトルト, パインかん, みかんレトルト	647 16.2	

※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。

今月の平均
 エネルギー 619 Kcal
 たんぱく質 25.5 g

「卒業祝い献立」15日(金)

6年生の卒業のお祝いの気持ちを込めて提供します。主食は、赤飯の代わりに「黒米ご飯」、汁物には「祝」の文字が書かれたなるこを入れます。6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。



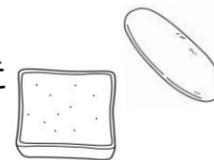
保護者の方へ

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。

【令和6年4月からパンの提供方法が変わります】

令和2年6月から新型コロナウイルス感染症対策として、パンは、「個別包装」にて提供していましたが、令和6年4月から、以前のように「個別包装なし」のパンへ変更いたします。

「個別包装」をしないことで、「朝焼きパン」となり、ふっくらとした食感を楽しめ、パンのおいしさをより味わえます。お楽しみに。



給食費について

令和5年度給食費に未納分・追加分がある方は、4月1日(月)に引き落とされますので、3月29日(金)までに引き落とし口座に入金をお願いいたします。本内容に関するお問い合わせは、学校給食センター給食費担当(366-8375)へ。

3月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	岩手	デコポン	熊本・佐賀他	にんじん	千葉・東京
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・静岡・新潟・愛知・北海道	さつま芋	千葉・茨城	にんにく	青森
牛肉	北関東他	じゃが芋	鹿児島・長崎	ねぎ	千葉・東京
豚肉	茨城・群馬・埼玉・青森他	かぶ	千葉	キャベツ	愛知・東京他
鶏肉	岩手・宮崎他	ごぼう	青森	白菜	兵庫・茨城・東京
さば	ノルウェー・アイルランド	しょうが	高知	小松菜	東京・埼玉
鯖	メキシコ	大根	千葉・神奈川・東京	チンゲン菜	千葉・茨城
ホキ	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道	ミニトマト	熊本・東京



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月のこんだて 小学校

C・Dブロック