

# 府中市立学校給食センター献立表

令和6年4月4日 発行

にゅうがく しんきゅう  
ご入学・ご進級おめでとうございます

ふちゅうし てづく きゅうしょく  
～府中市の「手作りおいしい給食」～

★削り節、昆布、煮干し粉、鶏ガラや豚ガラから天然だしをとっています。

★米は、精米したての、産地証明や放射性物質の検査済みの特別栽培米を使用しています。

★パンは、国産小麦を使用しています。

★カレーやグラタンは、「ルウ」から手作りします。冷凍二次加工品を使用せず、ハンバーグ等も材料から手作りします。



## 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児童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。ただし、パン・デザート・ドレッシング等のように業者が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。
3. 飲用牛乳類及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。

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。なお、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、キウイフルーツも当面の間使用しません。

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		
11 木	ごはん あじフライ (ちゅうのうソース) もずくじる ベジタブルソテー		ぎゅうにゅう、あじ、 とりにく、もずく、とうふ、 ぶたにく	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さんおんとう	たけのこ、にんじん、だいこん、 ねぎ、キャベツ、こまつな、 きパプリカ	570 26.4	<p><b>パンの提供方法 が変わります!</b></p> <p>今年度から、パンは「個別包装なし」にて提供します。そのため、パンは、お皿に配膳します。また、個別包装をしないことで、当日朝焼きとなり、ふっくらとした食感を楽しめ、パンのおいしさをより楽しめます。</p> <p><b>1年生の給食が始まります!</b> 17日(水)</p> <p>配膳のしやすさ・食べやすさなどに配慮した献立にしました。食べ慣れない味や料理が登場することがありますが、まずは「一口食べる」ことに挑戦しましょう。</p>
12 金	フレッシュパン カレーミート ポトフ こんにゃくいりサラダ (ごまドレッシング)		にゅうさんきんいんりょう、 ぶたにく、だいず、 ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、じゃがいも、 こんにゃく、ドレッシング	にんにく、たまねぎ、にんじん、 だいこん、はくさい、しょうが、 キャベツ、こまつな	576 19.9	
15 月	みそラーメン さつまいものみつがらめ だいこんサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら、 さつまいも、みずあめ	にんにく、しょうが、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、にら、ねぎ、 だいこん、きゅうり	649 23.9	
16 火	ごはん にくどうふ こんさいじる 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、こめぬかあぶら、 こんにゃく、さんおんとう、 じゃがいも	たまねぎ、えだまめ、ごぼう、 にんじん、だいこん、ミニトマト	588 27.2	
17 水	せきはんおにぎり とりにくのたつたあげ おいわいじる ほそぎりやさいのいためもの		ぎゅうにゅう、とりにく、 ちらしかまぼこ、 なると、ぶたにく、あずき	こめ、もちごめ、さんおんとう、 でんぷん、こめぬかあぶら	しょうが、にんにく、えのきたけ、 だいこん、にんじん、たまねぎ、 みずな、ごぼう、たけのこ、 あかパプリカ	593 25.2	
18 木	マーブルパン フランクトマトソース やさいスープ マセドアンサラダ		ぎゅうにゅう、フランク、 とりにく	パン、こめぬかあぶら、 オリーブゆ、さんおんとう、 でんぷん、さつまいも	にんにく、たまねぎ、 トマトみずに、にんじん、 キャベツ、こまつな、しょうが、 えだまめ、ホールコーン	643 22.8	

※教職員の4月分給食費の納付期限(口座振替日)は、4月30日(火)です。4月25日(木)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6年4月4日 発行

4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			
19 金	ごはん てりやきハンバーグ だいこんとベーコンのスープ やさいのみそいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、ベーコン、 とりにく、みそ	こめ、パンこ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	たまねぎ、にんじん、だいこん、 ホールコーン、しょうが、 にんにく、キャベツ、こまつな	583 28.4	<div style="text-align: center;"> <p>旬の味覚「たけのこご飯」 23日(火)</p> <p>たけのこは、春に「旬」を迎えま す。今年収穫された国産のたけのこを 使い、混ぜご飯にしました。この時期 ならではの旬のたけのこの風味を味わ いましょう。</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>今月の府中産野菜は、 ミニトマト、ねぎ、小松菜 の予定です。</p> </div>	
22 月	プルコギどん かんこくふうスープ きよみオレンジ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ	にんにく、しょうが、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、 あかパプリカ、にら、はくさい、 こまつな、きよみオレンジ	620 26.0		
23 火	たけのこごはん いかのあまからだれ ぐだくさんじる ごまあえ		ぎゅうにゅう、こんぶ、 いか、とりにく、 あぶらあげ、わかめ、みそ	こめ、こめぬかあぶら、 でんぷん、さんおんとう、 こんにやく、ごま	たけのこ、にんじん、だいこん、 たまねぎ、こまつな、キャベツ、 ホールコーン	572 25.6		
24 水	ごはん なまあげのケチャップソース ぶたごぼうじる アスパラいりやさしいため		ぎゅうにゅう、なまあげ、 とりにく、ぶたにく、 ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	ねぎ、しょうが、にんにく、ごぼう、 にんじん、たまねぎ、しめじ、 キャベツ、アスパラガス	571 24.7		
25 木	ミルクパン とりにくのマヨネーズふうソース (たまごなし) ほそぎりやさいスープ キャベツコーンソテー		ドリンクヨーグルト、 とりにく、ぶたにく、 ベーコン	パン、でんぷん、さんおんとう、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 マヨネーズ ふうちょうみりょう(たまごなし)	にんにく、たまねぎ、にんじん、 だいこん、しょうが、エリンギ、 ホールコーン、キャベツ	679 26.1		
26 金	ごはん さばのねぎソースやき さつまじる こんさいのもの		ぎゅうにゅう、さば、 ぶたにく、みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 さつまいも、こんにやく	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 はくさい、ごぼう、たけのこ、 だいこん、えだまめ	651 26.8		
30 火	ルーローはん わかめスープ みかんゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 みかんゼリー	にんにく、しょうが、たまねぎ、 たけのこ、チンゲンサイ、 にんじん、えのきたけ、キャベツ、 みかんレトルト	621 26.6		今月の 平均

※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。

## 4月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	宮城	清美オレンジ	愛媛	にんにく	青森
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	ねぎ	千葉・東京
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	愛知・神奈川他
鶏肉	宮崎・山梨・岩手他	ごぼう	青森	白菜	群馬・茨城
フランク	群馬	しょうが	高知	グリーンアスパラ	栃木
あじ	ベトナム・タイ	大根	神奈川・千葉	小松菜	東京・埼玉
さば	ノルウェー	玉ねぎ	北海道・佐賀	チンゲン菜	静岡
いか	ペルー	にんじん	徳島	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。

※教職員の4月分給食費の納付期限(口座振替日)は、4月30日(火)です。4月25日(木)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6年4月4日 発行

にゅうがく しんきゅう  
**ご入学・ご進級おめでとうございます**

ふちゅうし てづく きゅうしょく  
～府中市の「手作りおいしい給食」～

- ★削り節、昆布、煮干し粉、鶏ガラや豚ガラから天然だしをとっています。
- ★米は、精米したての、産地証明や放射性物質の検査済みの特別栽培米を使用しています。
- ★パンは、国産小麦を使用しています。
- ★カレーやグラタンは、「ルウ」から手作りします。冷凍二次加工品を使用せず、ハンバーグ等も材料から手作りします。



## 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児童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。ただし、パン・デザート・ドレッシング等のように業者が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。
3. 飲用牛乳類及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。



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。なお、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、キウイフルーツも当面の間使用しません。

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	からだのちょうしをととのえる		
11 木	フレッシュパン カレーミート ポトフ こんにやくいりサラダ (ごまドレッシング)	いんりょうさんきん	にゅうさんきんいんりょう、 ぶたにく、だいず、 ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、じゃがいも、 こんにやく、ドレッシング	にんにく、たまねぎ、にんじん、 だいこん、はくさい、しょうが、 キャベツ、こまつな	576 19.9	 <p><b>パンの提供方法 が変わります!</b></p> <p>今年度から、パンは「個別包装なし」にて提供します。そのため、パンは、お皿に配膳します。また、個別包装をしないことで、当日朝焼きとなり、ふっくらとした食感を楽しめ、パンのおいしさをより楽しめめます。</p> <p><b>1年生の給食が始まります!</b> 17日(水)</p> <p>配膳のしやすさ・食べやすさなどに配慮した献立にしました。食べ慣れない味や料理が登場することがありますが、まずは「一口食べる」ことに挑戦しましょう。</p> 
12 金	ごはん あじフライ (ちゅうのうソース) もずくじる ベジタブルソテー	牛乳	ぎゅうにゅう、あじ、 とりにく、もずく、とうふ、 ぶたにく	こめ、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、さんおんとう	たけのこ、にんじん、だいこん、 ねぎ、キャベツ、こまつな、 きパプリカ	570 26.4	
15 月	ごはん にくどうふ こんさいじる 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、こめぬかあぶら、 こんにやく、さんおんとう、 じゃがいも	たまねぎ、えだまめ、ごぼう、 にんじん、だいこん、ミニトマト	588 27.2	
16 火	みそラーメン さつまいものみつがらめ だいこんサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ	ちゅうかめん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら、 さつまいも、みずあめ	にんにく、しょうが、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、にら、ねぎ、 だいこん、きゅうり	649 23.9	
17 水	マーブルパン フランクトマトソース やさいスープ マセドアンサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう、フランク、 とりにく	パン、こめぬかあぶら、 オリーブゆ、さんおんとう、 でんぷん、さつまいも	にんにく、たまねぎ、 トマトみずに、にんじん、 キャベツ、こまつな、しょうが、 えだまめ、ホールコーン	643 22.8	
18 木	せきはんおにぎり とりにくのたつたあげ おいわいじる ほそぎりやさいのいためもの	牛乳	ぎゅうにゅう、とりにく、 ちらしかまぼこ、 なると、ぶたにく、あずき	こめ、もちごめ、さんおんとう、 でんぷん、こめぬかあぶら	しょうが、にんにく、えのきたけ、 だいこん、にんじん、たまねぎ、 みずな、ごぼう、たけのこ、 あかパプリカ	593 25.2	

※教職員の4月分給食費の納付期限(口座振替日)は、4月30日(火)です。4月25日(木)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6年4月4日 発行

4月のいんたて 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		
19 金	プルコギどん かんこくふうスープ きよみオレンジ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、トッポギ	にんにく、しょうが、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、 あかパプリカ、にら、はくさい、 こまつな、きよみオレンジ	620 26.0	<div style="text-align: center;"> <p><b>旬の味覚「たけのこご飯」</b></p> <p><b>24日(水)</b></p> <p>たけのこは、春に「旬」を迎えま す。今年収穫された国産のたけのこを 使い、混ぜご飯にしました。この時期 ならではの旬のたけのこの風味を味わ いましょう。</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>今月の府中産野菜は、 <b>ミニトマト、ねぎ、小松菜</b> の予定です。</p> </div>
22 月	ごはん てりやきハンバーグ だいこんとベーコンのスープ やさいのみそいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、ベーコン、 とりにく、みそ	こめ、パンこ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	たまねぎ、にんじん、だいこん、 ホールコーン、しょうが、 にんにく、キャベツ、こまつな	583 28.4	
23 火	ごはん なまあげのケチャップソース ぶたごぼうじる アスパラいりやさしいため		ぎゅうにゅう、なまあげ、 とりにく、ぶたにく、 ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん	ねぎ、しょうが、にんにく、ごぼう、 にんじん、たまねぎ、しめじ、 キャベツ、アスパラガス	571 24.7	
24 水	たけのこごはん いかのあまからだれ ぐだくさんじる ごまあえ		ぎゅうにゅう、こんぶ、 いか、とりにく、 あぶらあげ、わかめ、みそ	こめ、こめぬかあぶら、 でんぷん、さんおんとう、 こんにやく、ごま	たけのこ、にんじん、だいこん、 たまねぎ、こまつな、キャベツ、 ホールコーン	572 25.6	
25 木	ルーローはん わかめスープ みかんゼリー		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とりにく、わかめ	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 みかんゼリー	にんにく、しょうが、たまねぎ、 たけのこ、チンゲンサイ、 にんじん、えのきたけ、キャベツ、 みかんレトルト	621 26.6	
26 金	ミルクパン とりにくのマヨネーズふうソース (たまごなし) ほそぎりやさいスープ キャベツコーンソテー		ドリンクヨーグルト、 とりにく、ぶたにく、 ベーコン	パン、でんぷん、さんおんとう、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 マヨネーズ ふうちょうみりょう(たまごなし)	にんにく、たまねぎ、にんじん、 だいこん、しょうが、エリンギ、 ホールコーン、キャベツ	679 26.1	
30 火	ごはん さばのねぎソースやき さつまじる こんさいのもの		ぎゅうにゅう、さば、 ぶたにく、みそ、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 さつまいも、こんにやく	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 はくさい、ごぼう、たけのこ、 だいこん、えだまめ	651 26.8	

※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。

## 4月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	宮城	清美オレンジ	愛媛	にんにく	青森
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	ねぎ	千葉・東京
豚肉	茨城・埼玉・青森・千葉他	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	愛知・神奈川他
鶏肉	宮崎・山梨・岩手他	ごぼう	青森	白菜	群馬・茨城
フランク	群馬	しょうが	高知	グリーンアスパラ	栃木
あじ	ベトナム・タイ	大根	神奈川・千葉	小松菜	東京・埼玉
さば	ノルウェー	玉ねぎ	北海道・佐賀	チンゲン菜	静岡
いか	ペルー	にんじん	徳島	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。

※教職員の4月分給食費の納付期限(口座振替日)は、4月30日(火)です。4月25日(木)までに預金残高の確認をお願いいたします。