

# 府中市立学校給食センター献立表

令和6年1月29日 発行

## 2月のこんだて 小学校

日	曜	こんだて	のりもの	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	木	ごはん いわしのかばやきだれ こまつなのみそしる ごもくまめ		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	601 28.3	<p><b>節分献立</b> ついたち <b>1日(木)</b></p> <p>2月3日は「節分」です。一年の健康と幸福を祈り、豆まきやいわしの頭を飾ったりします。それにちなみ、「いわし」と「豆(大豆)」を使った料理を提供します。</p> <p><b>〇いわし</b> 片栗粉をまぶして油で揚げ、手作りの甘辛だれをかけます。</p> <p><b>〇豆(大豆)</b> 鶏肉、ごぼう、こんにやくなどと一绪にしょうゆや砂糖などで煮て「五目豆」にします。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>リクエスト給食</b> が登場します!!</p> </div> <p>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・3月の給食に提供します。給食が、小学校の思い出の一つになればうれしいです。</p> <p><b>【リクエストメニュー】2月登場</b></p> <p>★2位「ラーメン」 14日(水)</p> <p>★3位「カレーライス」 6日(火)</p> <p>〇6位「シチュー」 13日(火)</p> <p>〇8位「ヒレカツ」 15日(木)</p> <p>〇9位「ビビンバ」 21日(水)</p> <p>〇10位「オムレツ」 7日(水)</p> <p>3月にも登場します。お楽しみに!</p>
2	金	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 だいこんのサラダ		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、でんぷん、 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、 きパプリカ	579 23.8	
5	月	ごはん さわらのみそだれあげ こんさいのみそしる こまつなのあえもの		ぎゅうにゅう、さわら、 みそ、あぶらあげ	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 さんおんとう、さといも、こんにやく	にんじん、だいこん、たまねぎ、 しめじ、こまつな、はくさい	597 26.0	
6	火	ポークカレーライス じゃこいりやさいソテー オレンジ		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、せとか	606 20.4	
7	水	デニッシュパン ようふうちぐさたまごやき チンゲンサイスープ こんにやくサラダ たまねぎドレッシング		ぎゅうにゅう、たまご、 とりにく、ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、こんにやく、 ドレッシング	たまねぎ、しいたけ、にんじん、 セロリー、チンゲンサイ、だいこん、 しょうが、キャベツ、きゅうり	584 23.0	
8	木	ごはん のりつくだに ほっけのからあげ キムチスープ キャベツのにびたし		ぎゅうにゅう、のりつくだに、 ほっけ、とりにく、 みそ、おかか	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 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	580 28.7	
9	金	ごはん とりにくのこめこあげ みそけんちんじる やさしいケチャップいため		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、あかパプリカ、 たまねぎ、キャベツ、しめじ	612 26.9	
13	火	ツナピラフ さつまいものシチュー やさしいため		ドリンクヨーグルト、まぐろ、 とりにく、ぎゅうにゅう、 なまクリーム、ぶたにく	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	にんじん、たまねぎ、ホールコーン、 しょうが、あかパプリカ、キャベツ、 エリンギ	625 22.3	
14	水	みそラーメン フライドさつまいも ゆでやさしい ごまドレッシング		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、ラード、さつまいも、 ドレッシング	にんにく、しょうが、にんじん、 はくさい、たまねぎ、にら、ねぎ、 キャベツ、こまつな、エリンギ	594 24.1	
15	木	フレッシュパン ヒレカツ ちゅうのうソース ポトフ ミックスサラダ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ウインナー	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら、じゃがいも、 さんおんとう、ごま、ごまあぶら	キャベツ、セロリー、たまねぎ、 にんじん、しょうが、きゅうり、 だいこん、ホールコーン、にんにく	665 29.4	
16	金	ごはん にくどうふ すましじる ごまあえ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、ちらしかまぼこ、ハム	こめ、こんにやく、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごま	えだまめ、たまねぎ、えのきたけ、 たけのこ、にんじん、ねぎ、こまつな、 だいこん、キャベツ、ホールコーン	584 27.5	

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  
一五小  
七小 九小  
武蔵台小  
本宿小

※教職員の3月分給食費の納付期限(口座振替日)は、2月29日(木)です。2月27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6年1月29日 発行

2月のこんだて 小学校

A・Bブロック

日	曜	こんだて	のりもの	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	月	ハヤシライス オイスターソースいため パインかん		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、マッシュルーム、 トマトピューレ、キャベツ、こまつな、 パインかん	617 21.1	<b>児童考案の献立を</b> 提供します！【28日(水)】  日新小学校の6年生の児童が考えて くれた献立を提供します。家庭科の学 習「1食分の献立をたてよう」で学ん だ知識をいかし、「栄養バランス」 「見た目の彩り」など、いろいろな点 に配慮して考えてくれました。 お楽しみに！   今月の府中産の食材は、 <b>ねぎ、白菜、大根、 人参、キャベツ、小松菜</b> の予定です。  今月の 平均 エネルギー 617 Kcal たんぱく質 25.3 g
20	火	カレーうどん なめしおにぎり ささかまのてんぷら ごもくきんぴら		にゅうさんきんいんりょう、 ぶたにく、なると、ベーコン、 ささかまぼこ	うどん、こめぬかあぶら、でんぷん、 こめ、こむぎこ、こんにやく、 さんおんとう	ひろしまな、にんじん、たまねぎ、ねぎ、 こまつな、ごぼう、さやいんげん	574 18.4	
21	水	ビビンバ だいこんとコーンのスープ ミニトマト りんごゼリー		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、 りんごゼリー	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、ミニトマト	620 26.6	
22	木	ごはん ぼらのねぎソースやき みそとりごぼうじる ベジタブルソテー		ぎゅうにゅう、ぼら、とりにく、 あぶらあげ、みそ、ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、こんにやく	ねぎ、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	572 30.2	
26	月	ルーローはん はくさいとわかめのスープ あんにんどうふ		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、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、ねぎ、はくさい、 みかんレトルト、りんごレトルト	615 26.0	
27	火	ちやめし さばのタンドリーふうやき さわにわん きりぼしだいこんのサラダ		ぎゅうにゅう、さば、 ぶたにく、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 マヨネーズ、ふうちょうみりょう(たまごなし)、 オリーブゆ、さんおんとう	にんにく、ごぼう、たけのこ、 にんじん、ねぎ、えのきたけ、 きりぼしだいこん、キャベツ、きゅうり	654 25.6	
28	水	ごはん おろしハンバーグ さつまいもじる コールスロー		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ぶたにく、とうふ、あぶらあげ、 みそ	こめ、パンこ、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、オリーブゆ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 ねぎ、ごぼう、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン	742 23.5	
29	木	コロネパン チョコレートクリーム ローストチキン ミネストローネ グリーンサラダ		ぎゅうにゅう、とりにく、 ベーコン、いんげんまめ	パン、チョコレートクリーム、 はちみつ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、こんにやく	にんにく、トマトみず、トマトピューレ、 たまねぎ、にんじん、かぶ、セロリー、 さやいんげん、しょうが、キャベツ、 こまつな、えだまめ	695 29.6	

※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	秋田	ほっけ	北海道	大根	神奈川・東京
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・ 岩手・静岡・愛知・北海道	ぼら	宮崎	玉ねぎ	北海道
牛肉	佐賀他	せとか	愛媛・愛知	にんじん	東京・千葉
豚肉	茨城・埼玉・青森・群馬他	さつまいも	千葉・茨城	白菜	茨城・東京
鶏肉	岩手・宮崎	里芋	埼玉	ねぎ	千葉・東京
いわし	石川他	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	愛知・神奈川・東京
ちりめんじゃこ	兵庫	かぶ	千葉	小松菜	東京・埼玉
鱈	九州・韓国	ごぼう	青森	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3月分給食費の納付期限(口座振替日)は、2月29日(木)です。2月27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6年1月29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	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 だいこんのサラダ		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, でんぷん, 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, きパプリカ	579 23.8	<p><b>節分献立</b> 2日(金)</p> <p>2月3日は「節分」です。一年の健康と幸福を祈り、豆まきやいわしの頭を飾ったりします。それにちなみ、「いわし」と「豆(大豆)」を使った料理を提供します。</p> <p><b>〇いわし</b> 片栗粉をまぶして油で揚げ、手作りの甘辛だれをかけます。</p> <p><b>〇豆(大豆)</b> 鶏肉、ごぼう、こんにやくなどと一緒にしょうゆや砂糖などで煮て「五目豆」にします。</p> <p><b>リクエスト給食</b> が登場します!!</p> <p>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・3月の給食に提供します。給食が、小学校の思い出の一つになればうれしいです。</p> <p><b>【リクエストメニュー】2月登場</b></p> <p>★2位「ラーメン」 13日(火)</p> <p>★3位「カレーライス」 8日(木)</p> <p>〇6位「シチュー」 14日(水)</p> <p>〇8位「ヒレカツ」 16日(金)</p> <p>〇9位「ビビンバ」 7日(水)</p> <p>〇10位「オムレツ」 21日(水)</p> <p>洋風干草卵焼</p> <p>3月にも登場します。お楽しみに!</p>
2	金	ごはん いわしのかばやきだれ こまつなのみそしる ごもくまめ		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	601 28.3	
5	月	コロネパン チョコレートクリーム ローストチキン ミネストローネ グリーンサラダ		ぎゅうにゅう, とりにく, ベーコン, いんげんまめ	パン, チョコレートクリーム, はちみつ, こめぬかあぶら, さんおんとう, こんにやく	にんにく, トマトみず, トマトピューレ, たまねぎ, にんじん, かぶ, セロリー, さやいんげん, しょうが, キャベツ, こまつな, えだまめ	695 29.6	
6	火	ごはん さわらのみそだれあげ こんさいのみそしる こまつなのあえもの		ぎゅうにゅう, さわら, みそ, あぶらあげ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, さといも, こんにやく	にんじん, だいこん, たまねぎ, しめじ, こまつな, はくさい	597 26.0	
7	水	ビビンバ だいこんとコーンのスープ ミニトマト りんごゼリー		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, りんごゼリー	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, ミニトマト	620 26.6	
8	木	ポークカレーライス じゃこいりやさいソテー オレンジ		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, せとか	606 20.4	
9	金	ごはん ぼらのねぎソースやき みそとごぼうじる ベジタブルソテー		ぎゅうにゅう, ぼら, とりにく, あぶらあげ, みそ, ウィナー	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぷん, こんにやく	ねぎ, 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	572 30.2	
13	火	みそラーメン フライドさつま ゆでやさい ごまドレッシング		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, ラード, さつまいも, ドレッシング	にんにく, しょうが, にんじん, はくさい, たまねぎ, にら, ねぎ, キャベツ, こまつな, エリンギ	594 24.1	
14	水	ツナピラフ さつまいものシチュー やさしいため		ドリンクヨーグルト, まぐろ, とりにく, ぎゅうにゅう, なまクリーム, ぶたにく	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	にんじん, たまねぎ, ホールコーン, しょうが, あかパプリカ, キャベツ, エリンギ	625 22.3	
15	木	ごはん にくどうふ すましじる ごまあえ		ぎゅうにゅう, ぶたにく, とうふ, ちらしかまぼこ, ハム	こめ, こんにやく, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごま	えだまめ, たまねぎ, えのきたけ, たけのこ, にんじん, ねぎ, こまつな, だいこん, キャベツ, ホールコーン	584 27.5	
16	金	フレッシュパン ヒレカツ ちゅうのうソース ポトフ ミックスサラダ		ぎゅうにゅう, ぶたにく, ウィナー	パン, こむぎこ, パンこ, こめぬかあぶら, じゃがいも, さんおんとう, ごま, ごまあぶら	キャベツ, セロリー, たまねぎ, にんじん, しょうが, きゅうり, だいこん, ホールコーン, にんにく	665 29.4	

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

※教職員の3月分給食費の納付期限(口座振替日)は、2月29日(木)です。2月27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6年1月29日 発行

2月のこんだて 小学校

C・Dブロック

日 曜	こんだて	のりもの	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 月	ごはん おろしハンバーグ さつまいもじる コールスロー		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ぶたにく、とうふ、あぶらあげ、 みそ	こめ、パンこ、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、オリーブゆ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 ねぎ、ごぼう、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン	742 23.5	<b>児童考案の献立を</b> 提供します！【19日(月)】  日新小学校の6年生の児童が考えて くれた献立を提供します。家庭科の学 習「1食分の献立をたてよう」で学ん だ知識をいかし、「栄養バランス」 「見た目の彩り」など、いろいろな点 に配慮して考えてくれました。 お楽しみに！   <b>今月の府中産の食材は、</b> <b>ねぎ、白菜、大根、</b> <b>人参、キャベツ、小松菜</b> <b>の予定です。</b>
20 火	ちやめし さばのタンドリーふうやき さわにわん きりぼしだいこんのサラダ		ぎゅうにゅう、さば、 ぶたにく、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 マヨネーズ、ふうちょうみりょう(たまごなし)、 オリーブゆ、さんおんとう	にんにく、ごぼう、たけのこ、 にんじん、ねぎ、えのきたけ、 きりぼしだいこん、キャベツ、きゅうり	654 25.6	
21 水	デニッシュパン ようふうちぐさたまごやき チンゲンサイスープ こんにやくサラダ たまねぎドレッシング		ぎゅうにゅう、たまご、 とりにく、ウインナー	パン、こめぬかあぶら、 さんおんとう、こんにやく、 ドレッシング	たまねぎ、しいたけ、にんじん、 セロリー、チンゲンサイ、だいこん、 しょうが、キャベツ、きゅうり	584 23.0	
22 木	ルーローはん はくさいとわかめのスープ あんにんどうふ		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、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、ねぎ、はくさい、 みかんレトルト、りんごレトルト	615 26.0	
26 月	ごはん とりにくのこめこあげ みそけんちんじる やさしいケチャップいため		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、あかパプリカ、 たまねぎ、キャベツ、しめじ	612 26.9	
27 火	カレーうどん なめしおにぎり ささかまのてんぷら ごもくきんぴら		にゅうさんきんいんりょう、 ぶたにく、とうふ、ベーコン、 ささかまぼこ	うどん、こめぬかあぶら、でんぷん、 こめ、こむぎこ、こんにやく、 さんおんとう	ひろしまな、にんじん、たまねぎ、ねぎ、 こまつな、ごぼう、さやいんげん	574 18.4	
28 水	ハヤシライス オイスターソースいため パインかん		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、マッシュルーム、 トマトピューレ、キャベツ、こまつな、 パインかん	617 21.1	
29 木	ごはん のりつくだに ほっけのからあげ キムチスープ キャベツのにびたし		ぎゅうにゅう、のりつくだに、 ほっけ、とりにく、 みそ、おかか	こめ、でんぷん、こめぬかあぶら、 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	580 28.7	

※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)

食材	産地	産地	産地	産地	産地
米	秋田	ほっけ	北海道	大根	神奈川・東京
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・ 岩手・静岡・愛知・北海道	ぼら	宮崎	玉ねぎ	北海道
牛肉	佐賀他	せとか	愛媛・愛知	にんじん	東京・千葉
豚肉	茨城・埼玉・青森・群馬他	さつま芋	千葉・茨城	白菜	茨城・東京
鶏肉	岩手・宮崎	里芋	埼玉	ねぎ	千葉・東京
いわし	石川他	じゃが芋	鹿児島・長崎	キャベツ	愛知・神奈川・東京
ちりめんじゃこ	兵庫	かぶ	千葉	小松菜	東京・埼玉
鱈	九州・韓国	ごぼう	青森	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3月分給食費の納付期限(口座振替日)は、2月29日(木)です。2月27日(火)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665