

府中市学校給食センター 献立表

発行日:令和7年4月3日

| 日 曜 | 献立名 | 主な材料 | エネルギー(kcal) たんぱく質(g) | メモ |
|------|------------|-------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 10 木 | 揚げパン | (揚げパン) | 758 28.7 | 10日(木) 「揚げパン」 1年生にとって、給食で食べる初めての料理です。揚げたパンにグラニュー糖をまぶします。 |
| | 牛乳 | ポークトマトスープ | | |
| | | スパゲッティツナサラダ | | |
| 11 金 | ご飯 | めだいの味噌だれ | 740 32.2 | 17日(木) 入学・進級お祝い献立 |
| | 牛乳 | 玄米団子汁 | | |
| | | カラフルソテー | | |
| 14 月 | 中華丼 | (麦ご飯/中華丼の具) | 760 31.7 | 黒米や小松菜など府中産食材を使いお祝いします。「お祝い汁」には、オレンジやピンク色をした桜型のかまぼこを入れた華やかな汁物にします。デザートは「桜餅」です。お楽しみに。 |
| | 牛乳 | サーラータン | | |
| 15 火 | フレッシュパン | ホキのフライ(中濃ソース) | 796 31.3 | 今月の府中産は、小松菜、黒米、しいたけ、わけぎ農工大の食材は、みそを使用する予定です。 |
| | 牛乳 | ウインナーポトフ | | |
| | | グリーンサラダ | | |
| 16 水 | ご飯 | 四川豆腐 | 757 33.6 | |
| | 牛乳 | わかめスープ | | |
| | | 野菜の甘酢和え | | |
| 17 木 | 黒米ご飯 | (黒米ご飯)/鶏肉のから揚げソース | 790 26.7 | |
| | 乳酸菌飲料 | お祝い汁 | | |
| | 桜餅 | 小松菜入りゆで野菜(かんきつドレ) | | |
| 18 金 | ミートライス(ご飯) | (ミートライスの具) | 748 34.5 | |
| | 牛乳 | キャベツとコーンのスープ | | |
| | | 海藻入りサラダ | | |

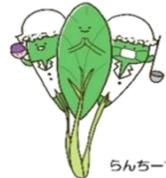
※食材料の都合により、予定している食材が提供できない場合がありますのでご了承ください。

※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月の献立

中学校



ご入学・ご進級
おめでとうございます



府中市の全小中学校の給食は、朝日町にある学校給食センターで作っています。成長期の中学生に必要な栄養素がとれるように、毎日の給食の献立を考えています。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供するために、給食センター職員一同、力を合わせてがんばります。

～府中市の「手作りおいしい給食」～

- ★国産を基本とし、府中市内で作られた農作物（地場産物）も使用しています。
- ★かつお削り節、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。
- ★カレーやシチュー、グラタンなどは、「ルウ」から手作りしています。
- ★パンは、国産小麦を使用しています。

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生徒を対象に、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布。
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. 飲用牛乳およ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」、「学校生活管理指導表」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。

Aブロック
三中
四中
六中
八中
九中

4月の献立

Aブロック

中学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 主な材料 | エネルギー(kcal) たんぱく質(g) | メモ | |
|----|---|--------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21 | 月 | ご飯 | 豚肉の塩麴焼 | 豚肉、しょうが、塩麴、米ぬか油 | 740 36.8 | <p>春が旬の食材を取り入れています！</p> <p>旬に出回る食材は、おいしく、風味も豊かです。</p>  <p>【旬の食材】 アスパラ・グリーンピース・ふき・キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など</p> <p>23日(水) 「たけのこご飯」</p> <p>今年収穫された「たけのこ」を使い、炊き込みご飯にします。この時季にしか味わえない味覚を楽しみましょう。</p> <p>使用食品原材料配合表</p> <p>給食センターホームページ</p> |
| | | 牛乳 | さつまいもとキャベツの味噌汁 | さつまいも、キャベツ、にんじん、生揚げ、みそ、しょうゆ | | |
| | | | いか入り野菜炒め | いか、にんにく、米ぬか油、エリンギ、にんじん、もやし、ホールコーン、江戸菜、白こしょう、しょうゆ、でんぷん | | |
| 22 | 火 | セルフサンド(豆乳パン・フランクチリソース2本) | (フランクチリソース2本) | フランク、米ぬか油、にんにく、しょうが、ごま油、玉ねぎ、三温糖、トマトケチャップ、しょうゆ、一味唐辛子、でんぷん | 751 30.9 | |
| | | | 鶏肉と野菜のスープ | 鶏肉、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、しめじ、小松菜、白こしょう、しょうゆ | | |
| | | 牛乳 | アスパラ入りサラダ | ハム、キャベツ、アスパラ、にんじん、ホールコーン、玉ねぎ、にんにく、米ぬか油、酢、三温糖、白こしょう、洋辛子 | | |
| 23 | 水 | たけのこご飯 | (たけのこご飯) / きびなごの南蛮風 | 米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油 / きびなご、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、三温糖、しょうゆ、酢、一味唐辛子 | 734 31.3 | |
| | | 牛乳 | きのこ入りすまし汁 | しいたけ、えのきたけ、白菜、にんじん、油揚げ、しょうゆ | | |
| | | | 根菜のごま煮 | 鶏肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、れんこん、里芋、大根、三温糖、しょうゆ、ごま、みそ、枝豆 | | |
| 24 | 木 | プルコギ丼(ご飯) | (プルコギ丼の具) | 豚肉、牛肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、パプリカ、にら、オイスターソース、みそ、三温糖、しょうゆ、コチジャン、ごま | 772 31.2 | |
| | | 牛乳 | 韓国風スープ | 鶏肉、米ぬか油、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、トッポギ、しょうゆ、白こしょう、ごま油 | | |
| | | 河内晩柑 | | | | |
| 25 | 金 | ご飯 | 鯖の塩焼 | 鯖、米ぬか油 | 773 33.6 | |
| | | 牛乳 | 鶏ごぼう汁 | 鶏肉、ごぼう、米ぬか油、生揚げ、にんじん、しいたけ、しょうゆ | | |
| | | | じゃが芋のおかか炒め | 豚肉、米ぬか油、しらたき、にんじん、さやいんげん、じゃが芋、三温糖、しょうゆ、おかか(かつお)、一味唐辛子 | | |
| 28 | 月 | ご飯 | 春野菜の旨煮 | 生揚げ、鶏肉、米ぬか油、ふき、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、グリーンピース、三温糖、しょうゆ、でんぷん | 745 29.5 | |
| | | 牛乳 | たこ団子汁 | たこ団子、大根、小松菜、ねぎ、しょうが、しょうゆ | | |
| | | | みかんゼリー | みかん、みかんゼリー | | |
| 30 | 水 | カレー肉うどん | (カレー肉うどん) | うどん、米ぬか油、豚肉、三温糖、しょうゆ、玉ねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、小松菜、カレー粉、でんぷん | 807 31.7 | |
| | | 牛乳 | 竹輪の磯辺揚2本 | 竹輪、小麦粉、あおさ、米ぬか油 | | |
| | | | さつまいもと豆のサラダ(マヨネーズ風調味料卵なし) | さつまいも、にんじん、ミックスビーンズ4種、マヨネーズ風調味料(卵なし) | | |

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



| | |
|-------------|------|
| 今月の平均 | |
| エネルギー(kcal) | 762 |
| たんぱく質(g) | 31.7 |

4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

| | | | | | |
|------|------------------------------|-------|--------|----------|----------|
| 米 | 千葉 | さつまいも | 茨城 | ねぎ | 埼玉・千葉 |
| 牛乳 | 神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・静岡・新潟・北海道 | 里芋 | 埼玉他 | れんこん | 茨城 |
| 牛肉 | 北海道他 | じゃが芋 | 北海道・九州 | わけぎ | 東京・京都・千葉 |
| 豚肉 | 茨城・埼玉・群馬・千葉他 | かぶ | 千葉 | グリーンアスパラ | 栃木 |
| 鶏肉 | 岩手・山梨他 | ごぼう | 青森 | キャベツ | 愛知・神奈川 |
| きびなご | 長崎 | 大根 | 千葉 | 胡瓜 | 千葉・高知 |
| 鯖 | ノルウェー | 玉ねぎ | 北海道 | 小松菜 | 茨城・東京 |
| めだい | ニュージーランド | にんじん | 徳島 | しょうが | 熊本 |
| ホキ | ニュージーランド | にんにく | 青森 | チンゲン菜 | 静岡 |

【お知らせ】
5月より、献立表の配付は、紙面印刷物からスマート連絡帳を利用したデータ配付に変更します。ご理解・ご協力の程、よろしくお願いいたします。

問い合わせ先 Tel 042(366)8374

府中市学校給食センター 献立表

発行日：令和7年4月3日

4月の献立

中学校

| 日 | 曜 | 献立名 | | エネルギー(kcal) たんぱく質(g) | メモ |
|----|---|---------|-------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10 | 木 | ご飯 | めだいの味噌だれ | 740 32.2 | 11日(金) 「揚げパン」 1年生にとって、給食で食べる初めての料理です。揚げたパンにグラニュー糖をまぶします。 |
| | | 牛乳 | 玄米団子汁 | | |
| | | | カラフルソテー | | |
| 11 | 金 | 揚げパン | (揚げパン) | 758 28.7 | 16日(水) 入学・進級お祝い献立 |
| | | 牛乳 | ポークトマトスープ | | |
| | | | スパゲッティツナサラダ | | |
| 14 | 月 | フレッシュパン | ホキのフライ(中濃ソース) | 796 31.3 | 入学・進級お祝い献立 |
| | | 牛乳 | ウインナーポトフ | | |
| | | | グリーンサラダ | | |
| 15 | 火 | 中華丼 | (麦ご飯/中華丼の具) | 760 31.7 | 黒米や小松菜など府中産食材を使いお祝いします。「お祝い汁」には、オレンジやピンク色をした桜型のかまぼこと「祝」文字入りのなるとを入れて華やかな汁物にします。デザートは「桜餅」です。お楽しみに。 |
| | | 牛乳 | 清見オレンジ | | |
| 16 | 水 | 黒米ご飯 | (黒米ご飯)/鶏肉のから揚げソース | 790 26.7 | 「祝」文字入りのなるとを入れて華やかな汁物にします。デザートは「桜餅」です。お楽しみに。 |
| | | 牛乳 | お祝い汁 | | |
| | | | 桜餅 | | |
| 17 | 木 | ご飯 | 四川豆腐 | 757 33.6 | 今月の府中産は、小松菜、黒米、しいたけ、わけぎ農工大の食材は、みそを使用する予定です。 |
| | | 牛乳 | わかめスープ | | |
| | | | 野菜の甘酢和え | | |
| 18 | 金 | ご飯 | 豚肉の塩麴焼 | 740 36.8 | |
| | | 牛乳 | さつま芋とキャベツの味噌汁 | | |
| | | | いか入り野菜炒め | | |

※食材料の都合により、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。



らんちーず

ご入学・ご進級
おめでとうございます



府中市の全小中学校の給食は、朝日町にある学校給食センターで作っています。成長期の中学生に必要な栄養素がとれるように、毎日の給食の献立を考えています。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供するために、給食センター職員一同、力を合わせてがんばります。

～府中市の「手作りおいしい給食」～

- ★国産を基本とし、府中市内で作られた農作物（地場産物）も使用しています。
- ★かつお削り節、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。
- ★カレーやシチュー、グラタンなどは、「ルウ」から手作りしています。
- ★パンは、国産小麦を使用しています。

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生徒を対象に、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布。
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. 飲用牛乳およ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」、「学校生活管理指導表」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。

Bブロック
一中
二中
五中
七中
十中
浅間中
かがやき

4月の献立

Bブロック

中学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 主な材料 | エネルギー(kcal) たんぱく質(g) | メモ |
|-------------------------------------------------------------------|---|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21 | 月 | ミートライス(ご飯) | (ミートライスの具) 豚肉、にんじん、玉ねぎ、にんにく、米ぬか油、大豆、トマトケチャップ、トマトピューレ、トマト水煮、ウスターソース、みそ、白こしょう、ナツメグ、ローレル、チリパウダー | 748 34.5 | 春が旬の食材を取り入れています! 旬に出回る食材は、おいしく、風味も豊かです。  【旬の食材】 アスパラ・グリーンピース・ふき・キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など |
| | | 牛乳 | キャベツとコーンのスープ 鶏肉、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ホールコーン、白こしょう、しょうゆ | | |
| | | | 海藻入りサラダ サラダ海藻6種、大根、パプリカ、きゅうり、こんにゃく、酢、三温糖、米ぬか油 | | |
| 22 | 火 | たけのこご飯 | (たけのこご飯) / きびなごの南蛮風 米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油 / きびなご、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、三温糖、しょうゆ、酢、一味唐辛子 | 734 31.3 | 【旬の食材】 アスパラ・グリーンピース・ふき・キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など  |
| | | 牛乳 | きのこ入りすまし汁 しいたけ、えのきたけ、白菜、にんじん、油揚げ、しょうゆ | | |
| | | | 根菜のごま煮 鶏肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、れんこん、里芋、大根、三温糖、しょうゆ、ごま、みそ、枝豆 | | |
| 23 | 水 | セルフサンド(豆乳パン・フランクチリソース2本) | (フランクチリソース2本) フランク、米ぬか油、にんにく、しょうが、ごま油、玉ねぎ、三温糖、トマトケチャップ、しょうゆ、一味唐辛子、でんぷん | 751 30.9 | 【旬の食材】 アスパラ・グリーンピース・ふき・キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など  |
| | | 牛乳 | 鶏肉と野菜のスープ 鶏肉、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、しめじ、小松菜、白こしょう、しょうゆ | | |
| | | | アスパラ入りサラダ ハム、キャベツ、アスパラ、にんじん、ホールコーン、玉ねぎ、にんにく、米ぬか油、酢、三温糖、白こしょう、洋辛子 | | |
| 24 | 木 | ご飯 | 鯖の塩焼 鯖、米ぬか油 | 773 33.6 | 22日(火) 「たけのこご飯」 今年収穫された「たけのこ」を使い、炊き込みご飯にします。この時季にしか味わえない味覚を楽しみましょう。  |
| | | 牛乳 | 鶏ごぼう汁 鶏肉、ごぼう、米ぬか油、生揚げ、にんじん、しいたけ、しょうゆ | | |
| | | | じゃが芋のおかか炒め 豚肉、米ぬか油、しらたき、にんじん、さやいんげん、じゃが芋、三温糖、しょうゆ、おかか(かつお)、一味唐辛子 | | |
| 25 | 金 | プルコギ丼(ご飯) | (プルコギ丼の具) 豚肉、牛肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、パプリカ、にら、オイスターソース、みそ、三温糖、しょうゆ、コチジャン、ごま | 772 31.2 | 【旬の食材】 アスパラ・グリーンピース・ふき・キャベツ・たけのこ・清見オレンジ・河内晩柑など  |
| | | 牛乳 | 韓国風スープ 鶏肉、米ぬか油、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、トッポギ、しょうゆ、白こしょう、ごま油 | | |
| 28 | 月 | カレー肉うどん | (カレー肉うどん) うどん、米ぬか油、豚肉、三温糖、しょうゆ、玉ねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、小松菜、カレー粉、でんぷん | 807 31.7 | 使用食品原材料 配合表 給食センターホームページ |
| | | 牛乳 | 竹輪の磯辺揚げ2本 竹輪、小麦粉、あおさ、米ぬか油 | | |
| | | | さつま芋と豆のサラダ(マヨネーズ風調味料卵なし) さつま芋、にんじん、ミックスビーンズ4種、マヨネーズ風調味料(卵なし) | | |
| 30 | 水 | ご飯 | 春野菜の旨煮 生揚げ、鶏肉、米ぬか油、ふき、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、グリーンピース、三温糖、しょうゆ、でんぷん | 745 29.5 | 使用食品原材料 配合表 給食センターホームページ |
| | | 牛乳 | たこ団子汁 たこ団子、大根、小松菜、ねぎ、しょうが、しょうゆ | | |
| | | | みかんゼリー みかん、みかんゼリー | | |
| ※教職員の今月分の給食費の納付期限(口座振替日)は、4月30日(水)です。4月25日(金)までに預金残高の確認をお願いいたします。 | | | | | 今月の平均 |
| | | | | | エネルギー(kcal) 762 |
| | | | | | たんぱく質(g) 31.7 |



4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

| 米 | 千葉 | さつま芋 | 茨城 | ねぎ | 埼玉・千葉 |
|------|------------------------------|------|--------|----------|----------|
| 牛乳 | 神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・静岡・新潟・北海道 | 里芋 | 埼玉他 | れんこん | 茨城 |
| 牛肉 | 北海道他 | じゃが芋 | 北海道・九州 | わけぎ | 東京・京都・千葉 |
| 豚肉 | 茨城・埼玉・群馬・千葉他 | かぶ | 千葉 | グリーンアスパラ | 栃木 |
| 鶏肉 | 岩手・山梨他 | ごぼう | 青森 | キャベツ | 愛知・神奈川 |
| きびなご | 長崎 | 大根 | 千葉 | 胡瓜 | 千葉・高知 |
| 鯖 | ノルウェー | 玉ねぎ | 北海道 | 小松菜 | 茨城・東京 |
| めだい | ニュージーランド | にんじん | 徳島 | しょうが | 熊本 |
| ホキ | ニュージーランド | にんにく | 青森 | チンゲン菜 | 静岡 |

【お知らせ】
5月より、献立表の配付は、紙面印刷物からスマート連絡帳を利用したデータ配付に変更します。ご理解・ご協力の程、よろしくお願ひいたします。

問い合わせ先 Tel 042(366)8374