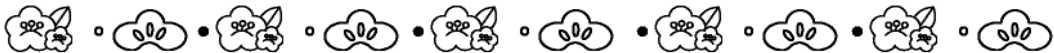


府中市立学校給食センター献立表

令和7年1月1日 発行



皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

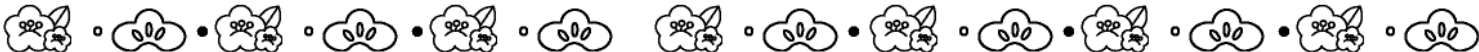
日ごろより、学校給食の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

学校給食センターでは、昨年、手作りの給食を子どもたちに届けるまでの取組を動画にしたP R動画を作成し、ホームページに公開しています。子どもたちの笑顔のために働く全てのスタッフが、徹底した衛生管理のもと、普段見ることのできない調理などを行っている給食センターの1日の様子をご覧ください。引き続き、国内産の食材を基本とした手作り給食に努めるとともに、旬の食材を積極的に取り入れ、安全・安心でおいしい給食の提供に努めてまいります。

結びに、皆様のご多幸とご健勝を心よりお祈り申し上げ、挨拶とさせていただきます。

府中市教育委員会

教育長 酒井 泰



1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<br>(Kcal)<br>たんぱくしつ<br>(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                                                       |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 9  | 木 | こくとうパン<br>ウインナーデミグラスソース<br>ポテトイリスープ<br>ミックスサラダ           |                  | ぎゅうにゅう,ウインナー,<br>とりにく                 | パン,こめぬかあぶら,でんぷん,<br>じゃがいも,オリーブゆ,<br>さんおんとう        | にんじん,たまねぎ,はくさい,しょうが,<br>キャベツ,だいこん,あかパプリカ,<br>ホールコーン                  | 588<br>21. 3                     | <br><b>あけまして<br/>おめでとうございます</b><br><br>としあ 年が明け、あたらしい一年がはじまりました。給食センター同、気持ちを新たに、「安全・安心でおいしい給食」の提供に努めます。今年もよろしくお願いたします。<br><br>こんだてしょうかい <b>献立紹介</b><br><br><b>017日(金)キムチラーメン</b><br>しん 新メニューです。甘口のキムチを使い、小学生でも食べやすい辛さに仕上げます。<br><b>023日(木)</b><br><b>ホタテ入りクリームシチュー</b><br>くわ クリームシチューに「ホタテ」を加えて作ります。ホタテならではの、うま味と甘みが味わえます。 |
| 10 | 金 | ごはん<br>とりにくのペッパーあげ<br>げんまいだんごじる<br>きんぴら                  |                  | ぎゅうにゅう,とりにく,<br>ちらしかまぼこ               | こめ,でんぷん,こめぬかあぶら,<br>げんまいだんご,こんにやく,<br>さんおんとう,ごま   | にんにく,しょうが,にんじん,だいこん,<br>しいたけ,こまつな,ねぎ,ごぼう,<br>たけのこ,れんこん,えだまめ          | 631<br>23. 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 14 | 火 | ごはん<br>なまあげのにくみそだれかけ<br>いもにじる<br>とさずあえ                   |                  | ぎゅうにゅう,なまあげ,<br>ぶたにく,みそ,ぎゅうにく,<br>おかか | こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう,<br>でんぷん,さといも,こんにやく,<br>ごまあぶら   | にんにく,しょうが,たまねぎ,しめじ,<br>だいこん,ねぎ,にんじん,キャベツ,<br>きゅうり                    | 580<br>25. 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 15 | 水 | ごはん<br>ぶりのあげに<br>とりごもくじる<br>やさいのしおこうじいため                 |                  | ぎゅうにゅう,ブリ,とりにく,<br>みそ,ぶたにく            | こめ,でんぷん,こめぬかあぶら,<br>さんおんとう,こんにやく                  | ごぼう,にんじん,たけのこ,たまねぎ,<br>キャベツ,こまつな                                     | 631<br>29. 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 16 | 木 | そばろどん<br>みずないりしょうがじる<br>だいこんときゅうりのあえもの                   |                  | ぎゅうにゅう,とりにく,ぶたにく,<br>だいず,かまぼこ         | こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう                                 | しいたけ,ホールコーン,えだまめ,<br>えのきたけ,たまねぎ,にんじん,<br>はくさい,みずな,しょうが,だいこん,<br>きゅうり | 571<br>27. 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 17 | 金 | キムチラーメン<br>あげおさつ<br>やさいのオイスターいため                         | ヨドリ<br>グン<br>ルクト | ドリンクヨーグルト,ぶたにく,<br>みそ,とりにく            | ちゅうかめん,こめぬかあぶら,<br>さつまいも,さんおんとう                   | にんにく,しょうが,にんじん,はくさい,<br>はくさいキムチ,ねぎ,チンゲンサイ,<br>たまねぎ,キャベツ,きパプリカ        | 594<br>24. 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 20 | 月 | チキンカレーライス<br>あぶらあげとやさいのいためもの<br>フルーツポンチ<br>(ぶどう・りんご・みかん) |                  | ぎゅうにゅう,とりにく,ぶたにく,<br>あぶらあげ            | こめ,こめぬかあぶら,じゃがいも,<br>バター,こむぎこ,さんおんとう,<br>マスカットゼリー | しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,<br>キャベツ,ねぎ,こまつな,みかんレトルト,<br>りんごレトルト             | 691<br>22. 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

※教職員の2月分給食費の納付期限(口座振替日)は、1月31日(金)です。1月29日(水)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1月1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<br>(Kcal)<br>たんぱく質<br>(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                                                           |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 21 | 火 | ごはん<br>しいらのフライ<br>(ちゅうのうソース)<br>ごじる<br>ほそぎりやさいのいためもの                      |                                      | ぎゅうにゅう,しいら,ぶたにく,<br>だいず,とうにゅう,みそ,<br>ベーコン         | こめ,こむぎこ,パンこ,<br>こめぬかあぶら,しらたき              | にんじん,だいこん,たけのこ,こまつな,<br>ねぎ,にんにく,ごぼう,たまねぎ,<br>さやいんげん                      | 589<br>30.5                     | <b>1月24日(火)~30日(金)</b><br>ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん<br>「 <b>全国学校給食週間</b> 」                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                |
| 22 | 水 | みそぶたどん<br>キャベツとわかめのスープ<br>ミニトマト                                           |                                      | ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ,<br>とりにく,わかめ                       | こめ,こめぬかあぶら,でんぷん,<br>ごまあぶら                 | にんにく,しょうが,たけのこ,にんじん,<br>エリンギ,たまねぎ,あかパプリカ,<br>ピーマン,キャベツ,ミニトマト             | 572<br>26.6                     | がっこうきゅうしょく、れきし、きょうみ、かんしん、たか<br>学校給食の歴史や興味・関心が高まる<br>こんだてないよう<br>ような献立内容にしました。<br><b>【24日(金)】昭和20~30年代の給食</b><br>とうじ<br>当時のように「パン」を主食とし、人<br>き<br>気だった「くじら肉」を提供します。<br><b>【28日(火)】</b><br>めいじ、ねん、きゅうしょく、いしき、こんだて<br><b>明治22年の給食を意識した献立</b><br>きゅうしょく、きげん、こんだて<br>給食の起源となる献立は、おにぎり、<br>しおざけ、つけもの、しお<br>塩鮭、漬物でした。それにちなみ、塩お<br>にぎと鮭を提供します。<br><b>【30日(木)・31日(金)】</b><br>ち、さん、ちしやう、いしき、こんだて<br><b>地産地消を意識した献立</b><br>とうきやうと、ふちゅうさん、しよくざい、と、い<br>東京都や府中産の食材を取り入れた料<br>理を提供します。<br><br> |                                |
| 23 | 木 | ウインナーピラフ<br>ホタテいりクリームシチュー<br>いろどりいため                                      | コ<br>ミ<br>ル<br>ヒ<br>ク                | ミルクコーヒー、ウインナー、<br>とりにく、ホタテ、ぎゅうにゅう、<br>なまクリーム、ぶたにく | こめ,オリーブゆ,こめぬかあぶら,<br>じゃがいも,こむぎこ,バター       | たまねぎ,にんじん,ホールコーン,<br>ほうれんそう,しょうが,えのきたけ,<br>キャベツ,きパプリカ,あかパプリカ             | 663<br>25.1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 24 | 金 | ミルクパン<br>いちごジャム<br>くじらのケチャップソース<br>かぶいりスープ<br>ハムとはくさいのサラダ<br>(たまねぎドレッシング) |                                      | ぎゅうにゅう,くじら,ぶたにく,<br>ハム                            | パン,ジャム,でんぷん,<br>こめぬかあぶら,さんおんとう,<br>ドレッシング | にんじん,たまねぎ,かぶ,こまつな,<br>しょうが,はくさい,きゅうり,ホールコーン                              | 595<br>31.4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 27 | 月 | ごはん<br>おろしハンバーグ<br>もずくじる<br>エリンギいりサラダ                                     |                                      | ぎゅうにゅう,ぎゅうにく,<br>ぶたにく,とうふ,とりにく,もずく                | こめ,パンこ,こめぬかあぶら,<br>さんおんとう,でんぷん            | たまねぎ,だいこん,にんじん,はくさい,<br>ねぎ,エリンギ,こまつな,キャベツ,<br>にんにく                       | 652<br>23.6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 28 | 火 | しおおにぎり<br>さけのしおこうじやき<br>ぐだくさんじる<br>とりにくとやさいのソテー<br>りんごゼリー                 |                                      | ぎゅうにゅう,さけ,ぶたにく,<br>あぶらあげ,みそ,とりにく                  | こめ,こめぬかあぶら,さつまいも,<br>りんごゼリー               | ごぼう,にんじん,たまねぎ,たけのこ,<br>キャベツ,こまつな                                         | 571<br>30.0                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 29 | 水 | ルーローはん<br>ちゅうかふうコーンスープ<br>こんにゃくいりサラダ<br>(かんきつドレッシング)                      |                                      | ぎゅうにゅう,ぶたにく,とりにく                                  | こめ,こめぬかあぶら,さんおんとう,<br>でんぷん,ごまあぶら,こんにゃく    | にんにく,しょうが,たまねぎ,たけのこ,<br>チンゲンサイ,しめじ,にんじん,<br>クリームコーン,ホールコーン,<br>だいこん,きゅうり | 574<br>27.1                     | <br>こんげつ、ふちゅうさん、しよくざい<br><b>今月の府中産の食材は</b><br>くろまい、さといも、こまつな<br><b>黒米、里芋、キャベツ、小松菜、</b><br>だいこん、さい<br><b>大根、チンゲン菜、ミニトマト、</b><br>にんじん、はくさい<br><b>人参、ねぎ、白菜、さつまいも</b><br>よてい<br><b>の予定です。</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                |
| 30 | 木 | あしたばパン<br>おしたてグラタン<br>コロコロやさいスープ<br>パインかん                                 |                                      | ぎゅうにゅう,とりにく,<br>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,<br>こむぎこ,バター,パンこ,じゃがいも    | にんじん,たまねぎ,こまつな,だいこん,<br>えだまめ,しょうが,パインかん                                  | 642<br>25.7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| 31 | 金 | くろまいごはん<br>とりにくのなんばんふう<br>ふちゅうっこじる<br>ごまあえ                                | ぎ<br>と<br>う<br>き<br>に<br>よ<br>う<br>う | ぎゅうにゅう,とりにく,なまあげ,<br>みそ                           | こめ,くろまい,でんぷん,<br>こめぬかあぶら,さんおんとう,ごま        | ねぎ,にんじん,だいこん,はくさい,<br>こまつな,えのきたけ,キャベツ,<br>ホールコーン                         | 616<br>25.2                     | 今月の<br>平均                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | エネルギー 610 Kcal<br>たんぱく質 26.2 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。

1月の主な使用食材の予定産地(小学校)

|      |                              |       |        |       |              |
|------|------------------------------|-------|--------|-------|--------------|
| 米    | 石川・秋田                        | さつまいも | 茨城・東京  | にんにく  | 青森           |
| 牛乳   | 神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・新潟・北海道・東京 | 里芋    | 埼玉・東京  | ねぎ    | 茨城・埼玉・東京     |
| 牛肉   | 北海道・青森他                      | じゃが芋  | 北海道    | れんこん  | 茨城           |
| 豚肉   | 茨城・埼玉・青森                     | かぶ    | 東京・千葉他 | キャベツ  | 群馬・長崎・愛知・東京他 |
| 鶏肉   | 岩手                           | ごぼう   | 青森     | 小松菜   | 茨城・東京        |
| 鯨肉   | 北西太平洋                        | しょうが  | 高知     | 白菜    | 茨城・東京        |
| 鮭    | 北海道                          | 大根    | 神奈川・東京 | チンゲン菜 | 静岡・東京        |
| ブリ   | 宮城                           | 玉ねぎ   | 北海道    | ミニトマト | 熊本・東京        |
| 酒蒸帆立 | 青森                           | にんじん  | 千葉・東京  | 胡瓜    | 千葉・高知他       |

※教職員の2月分給食費の納付期限(口座振替日)は、1月31日(金)です。1月29日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。



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

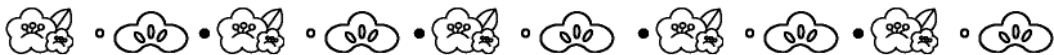
1月のこんだて  
小学校

A・B  
ブ  
ロ  
ッ  
ク



府中市立学校給食センター献立表

令和7年1月1日 発行



皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

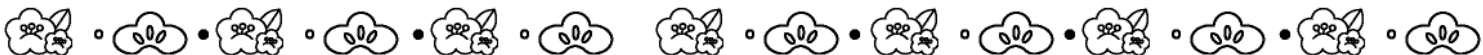
日ごろより、学校給食の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

学校給食センターでは、昨年、手作りの給食を子どもたちに届けるまでの取組を動画にしたP R動画を作成し、ホームページに公開しています。子どもたちの笑顔のために働く全てのスタッフが、徹底した衛生管理のもと、普段見ることのできない調理などを行っている給食センターの1日の様子をご覧ください。引き続き、国内産の食材を基本とした手作り給食に努めるとともに、旬の食材を積極的に取り入れ、安全・安心でおいしい給食の提供に努めてまいります。

結びに、皆様のご多幸とご健勝を心よりお祈り申し上げ、挨拶とさせていただきます。

府中市教育委員会

教育長 酒井 泰



| 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<br>(Kcal)<br>たんぱく質<br>(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                                                              |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 9  | 木 | ごはん<br>とりにくのペッパーあげ<br>げんまいだんごじる<br>きんぴら              |                                   | ぎゅうにゅう, とりにく,<br>ちらしかまぼこ                      | こめ, でんぷん, こめぬかあぶら,<br>げんまいだんご, こんにやく,<br>さんおんとう, ごま | にんにく, しょうが, にんじん, だいこん,<br>しいたけ, こまつな, ねぎ, ごぼう,<br>たけのこ, れんこん, えだまめ         | 631<br>23. 7                    | <div></div> <div><b>あけまして<br/>おめでとうございます</b></div> <div>としあ<br/>年が明け、新しい一年が始まりました。給食センター同、気持ちを新たに、<b>安全・安心</b>でおいしい給食の提供に努めます。本年もよろしくお願いいたします。</div> <div> <b>こんだてしょうかい 献立紹介</b> </div> <div><b>Q16日(木)キムチラーメン</b><br/>新メニューです。甘口のキムチを使い、小学生でも食べやすい辛さに仕上げます。</div> <div><b>Q24日(金)</b><br/><b>ホタテ入りクリームシチュー</b><br/>クリームシチューに「ホタテ」を加えて作ります。ホタテならではの、うま味と甘みが味わえます。</div> |
| 10 | 金 | こくとうパン<br>ウインナーデミグラスソース<br>ポテトイリスープ<br>ミックスサラダ       |                                   | ぎゅうにゅう, ウインナー,<br>とりにく                        | パン, こめぬかあぶら, でんぷん,<br>じゃがいも, オリーブゆ,<br>さんおんとう       | にんじん, たまねぎ, はくさい, しょうが,<br>キャベツ, だいこん, あかパプリカ,<br>ホールコーン                    | 588<br>21. 3                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 14 | 火 | ごはん<br>ぶりのあげに<br>とりごもくじる<br>やさいのしおこうじいため             |                                   | ぎゅうにゅう, ブリ, とりにく,<br>みそ, ぶたにく                 | こめ, でんぷん, こめぬかあぶら,<br>さんおんとう, こんにやく                 | ごぼう, にんじん, たけのこ, たまねぎ,<br>キャベツ, こまつな                                        | 631<br>29. 4                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 15 | 水 | ごはん<br>なまあげのにくみそだれかけ<br>いもにじる<br>とさずあえ               |                                   | ぎゅうにゅう, なまあげ,<br>ぶたにく, みそ, ぎゅうにく,<br>おかか      | こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう,<br>でんぷん, さといも, こんにやく,<br>ごまあぶら | にんにく, しょうが, たまねぎ, しめじ,<br>だいこん, ねぎ, にんじん, キャベツ,<br>きゅうり                     | 580<br>25. 1                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 16 | 木 | キムチラーメン<br>あげおさつ<br>やさいのオイスターいため                     | ヨドリ<br>リ<br>グ<br>ン<br>ル<br>ク<br>ト | ドリンクヨーグルト, ぶたにく,<br>みそ, とりにく                  | ちゅうかめん, こめぬかあぶら,<br>さつまいも, さんおんとう                   | にんにく, しょうが, にんじん, はくさい,<br>はくさいキムチ, ねぎ, チンゲンサイ,<br>たまねぎ, キャベツ, きパプリカ        | 594<br>24. 7                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 17 | 金 | そぼろどん<br>みずないりしょうがじる<br>だいこんときょうりのあえもの               |                                   | ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく,<br>だいず, かまぼこ              | こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう                                 | しいたけ, ホールコーン, えだまめ,<br>えのきたけ, たまねぎ, にんじん,<br>はくさい, みずな, しょうが, だいこん,<br>きゅうり | 571<br>27. 2                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 20 | 月 | ごはん<br>しいらのフライ<br>(ちゅうのうソース)<br>ごじる<br>ほそぎりやさいのいためもの |                                   | ぎゅうにゅう, しいら, ぶたにく,<br>だいず, とうにゅう, みそ,<br>ベーコン | こめ, こむぎこ, パンこ,<br>こめぬかあぶら, しらたき                     | にんじん, だいこん, たけのこ, こまつな,<br>ねぎ, にんにく, ごぼう, たまねぎ,<br>さやいんげん                   | 589<br>30. 5                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

※教職員の2月分給食費の納付期限(口座振替日)は、1月31日(金)です。1月29日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

1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

府中市立学校給食センター献立表

令和7年1月1日 発行

| 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<br>(Kcal)<br>たんぱく質<br>(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                                                           |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 21 | 火 | チキンカレーライス<br>あぶらあげとやさいのいためもの<br>フルーツポンチ<br>(ぶどう・りんご・みかん)                  |                                | ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、<br>あぶらあげ                        | こめ、こめぬかあぶら、じゃがいも、<br>バター、こむぎこ、さんおんとう、<br>マスカットゼリー | しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、<br>キャベツ、ねぎ、こまつな、みかんレトルト、<br>りんごレトルト                 | 691<br>22.4                     | <br>がつ 1月24日 か ~ 30日 にち<br>ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん<br>「全国学校給食週間」<br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                |
| 22 | 水 | ごはん<br>おろしハンバーグ<br>もずくじる<br>エリンギいりサラダ                                     |                                | ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、<br>ぶたにく、とうふ、とりにく、もずく                | こめ、パンこ、こめぬかあぶら、<br>さんおんとう、でんぷん                    | たまねぎ、だいこん、にんじん、はくさい、<br>ねぎ、エリンギ、こまつな、キャベツ、<br>にんにく                       | 652<br>23.6                     | がっこうきゅうしょく れきし きょうみ かんしん たか<br>学校給食の歴史や興味・関心が高まる<br>こんだてないよう<br>ような献立内容にしました。<br>[23日(木)]昭和20~30年代の給食<br>とうじ<br>当時のように「パン」を主食とし、人<br>き<br>気だった「くじら肉」を提供します。<br>[28日(火)・29日(水)]<br>ちさん ちしょう いしき こんだて<br>地産地消を意識した献立<br>とうきょうと ふちゅうさん しょくざい と いりょう<br>東京都や府中産の食材を取り入れた料<br>り<br>理を提供します。<br>[31日(金)]<br>めいじ ねん きゅうしょく いしき こんだて<br>明治22年の給食を意識した献立<br>きゅうしょく きげん こんだて<br>給食の起源となる献立は、おにぎり、<br>しおざけ つけもの<br>塩鮭、漬物でした。それにちなみ、塩お<br>にぎと鮭を提供します。<br> |                                |
| 23 | 木 | ミルクパン<br>いちごジャム<br>くじらのケチャップソース<br>かぶいりスープ<br>ハムとはくさいのサラダ<br>(たまねぎドレッシング) |                                | ぎゅうにゅう、くじら、ぶたにく、<br>ハム                            | パン、ジャム、でんぷん、<br>こめぬかあぶら、さんおんとう、<br>ドレッシング         | にんじん、たまねぎ、かぶ、こまつな、<br>しょうが、はくさい、きゅうり、ホールコーン                              | 595<br>31.4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 24 | 金 | ウインナーピラフ<br>ホタテいりクリームシチュー<br>いろどりいため                                      | コミ<br>ルク<br>ピク                 | ミルクコーヒー、ウインナー、<br>とりにく、ホタテ、ぎゅうにゅう、<br>なまクリーム、ぶたにく | こめ、オリーブゆ、こめぬかあぶら、<br>じゃがいも、こむぎこ、バター               | たまねぎ、にんじん、ホールコーン、<br>ほうれんそう、しょうが、えのきたけ、<br>キャベツ、きパプリカ、あかパプリカ             | 663<br>25.1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 27 | 月 | みそぶたどん<br>キャベツとわかめのスープ<br>ミニトマト                                           |                                | ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、<br>とりにく、わかめ                       | こめ、こめぬかあぶら、でんぷん、<br>ごまあぶら                         | にんにく、しょうが、たけのこ、にんじん、<br>エリンギ、たまねぎ、あかパプリカ、<br>ピーマン、キャベツ、ミニトマト             | 572<br>26.6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 28 | 火 | くろまいごはん<br>とりにくのなんばんふう<br>ふちゅうっこじる<br>ごまあえ                                | ぎと<br>ゅう<br>きよ<br>に<br>ゅう<br>う | ぎゅうにゅう、とりにく、なまあげ、<br>みそ                           | こめ、くろまい、でんぷん、<br>こめぬかあぶら、さんおんとう、ごま                | ねぎ、にんじん、だいこん、はくさい、<br>こまつな、えのきたけ、キャベツ、<br>ホールコーン                         | 616<br>25.2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 29 | 水 | あしたばパン<br>おしたてグラタン<br>コロコロやさいスープ<br>パインかん                                 |                                | ぎゅうにゅう、とりにく、<br>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、<br>こむぎこ、バター、パンこ、じゃがいも            | にんじん、たまねぎ、こまつな、だいこん、<br>えだまめ、しょうが、パインかん                                  | 642<br>25.7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 30 | 木 | ルーローはん<br>ちゅうかふうコーンスープ<br>こんにゃくいりサラダ<br>(かんきつドレッシング)                      |                                | ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく                                  | こめ、こめぬかあぶら、さんおんとう、<br>でんぷん、ごまあぶら、こんにゃく            | にんにく、しょうが、たまねぎ、たけのこ、<br>チンゲンサイ、しめじ、にんじん、<br>クリームコーン、ホールコーン、<br>だいこん、きゅうり | 574<br>27.1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                |
| 31 | 金 | しおおにぎり<br>さけのしおこうじやき<br>ぐだくさんじる<br>とりにくとやさいのソテー<br>りんごゼリー                 |                                | ぎゅうにゅう、さけ、ぶたにく、<br>あぶらあげ、みそ、とりにく                  | こめ、こめぬかあぶら、さつまいも、<br>りんごゼリー                       | ごぼう、にんじん、たまねぎ、たけのこ、<br>キャベツ、こまつな                                         | 571<br>30.0                     | 今月の<br>平均                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | エネルギー 610 Kcal<br>たんぱく質 26.2 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。

1月の主な使用食材の予定産地(小学校)

|      |                              |       |        |       |              |
|------|------------------------------|-------|--------|-------|--------------|
| 米    | 石川・秋田                        | さつまいも | 茨城・東京  | にんにく  | 青森           |
| 牛乳   | 神奈川・千葉・栃木・群馬・宮城・岩手・新潟・北海道・東京 | 里芋    | 埼玉・東京  | ねぎ    | 茨城・埼玉・東京     |
| 牛肉   | 北海道・青森他                      | じゃが芋  | 北海道    | れんこん  | 茨城           |
| 豚肉   | 茨城・埼玉・青森                     | かぶ    | 東京・千葉他 | キャベツ  | 群馬・長崎・愛知・東京他 |
| 鶏肉   | 岩手                           | ごぼう   | 青森     | 小松菜   | 茨城・東京        |
| 鯨肉   | 北西太平洋                        | しょうが  | 高知     | 白菜    | 茨城・東京        |
| 鮭    | 北海道                          | 大根    | 神奈川・東京 | チンゲン菜 | 静岡・東京        |
| ブリ   | 宮城                           | 玉ねぎ   | 北海道    | ミニトマト | 熊本・東京        |
| 酒蒸帆立 | 青森                           | にんじん  | 千葉・東京  | 胡瓜    | 千葉・高知他       |

※教職員の2月分給食費の納付期限(口座振替日)は、1月31日(金)です。1月29日(水)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042(365)2665

1月のこんだて  
小学校

C・D  
ブ  
ロ  
ッ  
ク



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。