府中市立学校給食センター献立表

令和7年4月25日　発行

5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 からだをつくる	きいろのしょくひん ねつやちからになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	エネルギー(Kcal) たんぱくしつ(g)
1	木	ごはん てりやきハンバーグ とりにくとだいこんのみそしる ミックスサラダ（わふうドレッシング） かしわもち	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とうふ, とりにく, みそ, ちらしかまぼこ	こめ, パンこ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぷん, こんにゃく, ドレッシング, かしわもち	たまねぎ, だいこん, にんじん, こまつな, ねぎ, エリンギ, キャベツ	636 29.5
2	金	プルコギどん はくさいスープ れいとうみかん	牛乳	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, ぶたにく, みそ, ベーコン	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう	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, ホールコーン, れいとうみかん	613 26.3
7	水	わかめごはん さわらのたつたあげ ごじる きりぼしだいこんいりゆでやさい （かんきつドレッシング）	牛乳	ぎゅうにゅう, わかめ, さわら, ぶたにく, あぶらあげ, だいず, とうにゅう, みそ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら	にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ, たけのこ, こまつな, きりぼしだいこん, キャベツ, きゅうり	611 29.1
8	木	こくとうパン ウインナーチリソース コロコロやさいスープ キャベツコーンソテー	ヨーグルト	ドリンクヨーグルト, ウインナー, ぶたにく, いんげんまめ, とりにく	パン, こめぬかあぶら, ごまあぶら, さんおんとう, でんぷん, じゃがいも	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, だいこん, えだまめ, ホールコーン, キャベツ, こまつな	589 23.3
9	金	ごはん ぶたにくのあまからあげ もずくじる ごまあえ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく, もずく, みそ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, こんにゃく, ごま	にんじん, たけのこ, たまねぎ, だいこん, えのきたけ, はくさい, こまつな	636 27.2
12	月	そぼろどん キャベツのみそしる だいこんときゅうりのあえもの	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, だいず, みそ	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, えのきたけ, にんじん, たまねぎ, キャベツ, だいこん, きゅうり	583 27.6
13	火	ごはん さばのしおこうじやき やさいのしょうがじる じゃがいものにもの	牛乳	ぎゅうにゅう, さば, ぶたにく, なまあげ, とりにく	こめ, こめぬかあぶら, じゃがいも, さんおんとう	ごぼう, たまねぎ, にんじん, はくさい, しょうが, えだまめ	632 26.5
14	水	しょうゆラーメン ポテトフライ いろどりいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく	ちゅうかめん, こめぬかあぶら, ラード, ラーゆ, ごまあぶら, じゃがいも, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, たけのこ, はくさい, たまねぎ, チンゲンサイ, ねぎ, キャベツ, きパプリカ, あかパプリカ	573 26.3
15	木	ごはん とりにくのオニオンソース なめこじる おかかあえ	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, とうふ, みそ, おかか	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう	たまねぎ, にんじん, だいこん, なめこ, ねぎ, ホールコーン, キャベツ, こまつな	593 24.7
16	金	ごはん なまあげのにくみそだれかけ ぐだくさんじる いためナムル	牛乳	ぎゅうにゅう, なまあげ, ぶたにく, みそ, とりにく	こめ, こめぬかあぶら, でんぷん, さんおんとう, こんにゃく, じゃがいも, ごま, ごまあぶら	にんにく, しょうが, たまねぎ, ごぼう, にんじん, たけのこ, えのきたけ, キャベツ, ねぎ, こまつな	579 25.3
19	月	ハムとコーンのピラフ クリームシチュー ベジタブルソテー	ジュース	ハム, ぶたにく, ぎゅうにゅう, チーズ, なまクリーム, とりにく	こめ, オリーブゆ, こめぬかあぶら, じゃがいも, こむぎこ, バター	みかんジュース, たまねぎ, ホールコーン, にんじん, しょうが, たけのこ, キャベツ, さやいんげん	586 20.4

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

おしらせ

1日(木)　こどもの日の献立

5月5日はこどもの日です。子どもの健やかな成長を願って、こいのぼりやかぶとを飾り、柏もちやちまきを食べる風習があります。

この日のミックスサラダには、かぶとの絵柄のかまぼこが入っています。デザートは柏もちです。柏もちには子孫繁栄の願いが込められています。

旬の味覚を楽しもう！

〇13日（火）じゃが芋の煮物

新じゃが芋がおいしい季節です。新じゃが芋は水分を多く含み、皮がうすくてやわらかいです。

〇20日（火）かつおの香味だれ

かつおは旬が年に2回あります。今は「初がつお」の季節です。脂肪分が少なく、さっぱりした味わいなので、油で揚げて香味だれをかけて提供します。

〇29日（木）メロン

旬のメロンは、甘みが増してとてもおいしくなります。「アンデスメロン」という品種のメロンを予定しています。

※教職員の5月分給食費の納付期限（口座振替日）は、6月2日(月）です。5月29日(木)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4月25日　発行

5月のこんだて

小学校

A・Bブロック

日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん からだをつくる	きいろのしょくひん ねつやちからになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	エネルギー(Kcal) たんぱくしつ(g)
20	火	ごはん かつおのこうみだれ もちいりキムチスープ ほそぎりやさいのいためもの	牛乳	ぎゅうにゅう, かつお, とりにく, みそ, ぶたにく	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごま, ごまあぶら, トッポギ, しらたき	ねぎ, にんにく, レモン, にんじん, たまねぎ, はくさいキムチ, こまつな, しょうが, ごぼう, たけのこ, あかパプリカ	607 31.7
21	水	フレッシュパン チリコンカン ポテトいりスープ ハムいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいず, とりにく, ハム	パン, こめぬかあぶら, さんおんとう, じゃがいも, オリーブゆ	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトみずに, トマトピューレ, だいこん, キャベツ, しょうが, はくさい, こまつな	585 27.3
22	木	にくどうふどん こんさいじる パインかん	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, こんにゃく, さんおんとう, さつまいも	たまねぎ, しいたけ, にんじん, さやいんげん, ごぼう, だいこん, パインかん	635 27.2
23	金	ごはん とりにくのタンドリーふうやき ごもくスープ わかめいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, わかめ	こめ, こめぬかあぶら, ごま, ﾏﾖﾈｰｽﾞふうちょうみりょう(たまごなし), さんおんとう, ごまあぶら	にんにく, にんじん, たけのこ, だいこん, ねぎ, こまつな, しょうが, キャベツ, ホールコーン	577 25.3
26	月	マーブルパン マカロニチーズオムレツ キャベツスープ フレンチサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, たまご, なまクリーム, とりにく, チーズ, ぶたにく	パン, こめぬかあぶら, マカロニ, こんにゃく, さんおんとう	たまねぎ, にんじん, キャベツ, こまつな, しょうが, はくさい, えだまめ	660 30.4
27	火	ごはん あじのごまみそだれ すましじる やさいのにもの りんごゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう, あじ, みそ, とうふ, とりにく	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごま, こんにゃく	にんじん, えのきたけ, はくさい, みずな, ごぼう, たけのこ, だいこん, えだまめ, りんごゼリー	615 27.6
28	水	ごはん ヒレかつ （ちゅうのうソース） わかめいりみそしる ツナいりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, なまあげ, わかめ, みそ, まぐろ	こめ, こむぎこ, パンこ, こめぬかあぶら, さんおんとう	えのきたけ, たまねぎ, だいこん, にんじん, キャベツ, こまつな	582 28.5
29	木	チキンカレーライス あぶらあげとやさいのいためもの メロン	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, あぶらあげ	こめ, こめぬかあぶら, じゃがいも, バター, こむぎこ, さんおんとう	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, キャベツ, ねぎ, メロン	657 23.2
30	金	やさいつけうどん ささかまのてんぷら エリンギいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, ささかまぼこ	うどん, こめぬかあぶら, ごまあぶら, こむぎこ, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, はくさい, こまつな, ねぎ, エリンギ, きゅうり, キャベツ, たまねぎ	574 24.8

おしらせ

５月の主な使用食材の予定産地（小学校）

米	青森・秋田・宮城
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・ 岩手・静岡・北海道
牛肉	北海道・青森・宮城・新潟他
豚肉	茨城・埼玉・群馬・青森・千葉他
鶏肉	山梨・長野・宮崎・岩手他
あじ	チリ
かつお	宮城・静岡
さば	ノルウェー
鰆	東シナ海
メロン	茨城他
さつま芋	茨城他
じゃが芋	鹿児島・長崎
ごぼう	青森
しょうが	高知
大根	千葉
玉ねぎ	北海道・佐賀
にんじん	徳島
にんにく	青森
ねぎ	茨城
白菜	茨城
キャベツ	愛知・神奈川
小松菜	茨城・東京
チンゲン菜	静岡
胡瓜	埼玉
みずな	茨城他
にら	栃木
赤パプリカ	静岡

給食センターホームページ

使用食品原材料配合表

今月の府中産の食材は、
小松菜
の予定です。

今月の平均
エネルギー　606　Kcal
たんぱく質　26.6　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。

※教職員の5月分給食費の納付期限（口座振替日）は、6月2日(月)です。5月29日(木)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4月25日　発行

5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 からだをつくる	きいろのしょくひん ねつやちからになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	エネルギー(Kcal) たんぱくしつ(g)
1	木	プルコギどん はくさいスープ れいとうみかん	牛乳	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, ぶたにく, みそ, ベーコン	こめ, こめぬかあぶら, さんおんとう	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, ホールコーン, れいとうみかん	613 26.3
2	金	ごはん てりやきハンバーグ とりにくとだいこんのみそしる ミックスサラダ（わふうドレッシング） かしわもち	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とうふ, とりにく, みそ, ちらしかまぼこ	こめ, パンこ, こめぬかあぶら, さんおんとう, でんぷん, こんにゃく, ドレッシング, かしわもち	たまねぎ, だいこん, にんじん, こまつな, ねぎ, エリンギ, キャベツ	636 29.5
7	水	こくとうパン ウインナーチリソース コロコロやさいスープ キャベツコーンソテー	ヨーグルト	ドリンクヨーグルト, ウインナー, ぶたにく, いんげんまめ, とりにく	パン, こめぬかあぶら, ごまあぶら, さんおんとう, でんぷん, じゃがいも	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, だいこん, えだまめ, ホールコーン, キャベツ, こまつな	589 23.3
8	木	わかめごはん さわらのたつたあげ ごじる きりぼしだいこんいりゆでやさい （かんきつドレッシング）	牛乳	ぎゅうにゅう, わかめ, さわら, ぶたにく, あぶらあげ, だいず, とうにゅう, みそ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら	にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ, たけのこ, こまつな, きりぼしだいこん, キャベツ, きゅうり	611 29.1
9	金	ごはん なまあげのにくみそだれかけ ぐだくさんじる いためナムル	牛乳	ぎゅうにゅう, なまあげ, ぶたにく, みそ, とりにく	こめ, こめぬかあぶら, でんぷん, さんおんとう, こんにゃく, じゃがいも, ごま, ごまあぶら	にんにく, しょうが, たまねぎ, ごぼう, にんじん, たけのこ, えのきたけ, キャベツ, ねぎ, こまつな	579 25.3
12	月	しょうゆラーメン ポテトフライ いろどりいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく	ちゅうかめん, こめぬかあぶら, ラード, ラーゆ, ごまあぶら, じゃがいも, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, たけのこ, はくさい, たまねぎ, チンゲンサイ, ねぎ, キャベツ, きパプリカ, あかパプリカ	573 26.3
13	火	ごはん とりにくのオニオンソース なめこじる おかかあえ	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, とうふ, みそ, おかか	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう	たまねぎ, にんじん, だいこん, なめこ, ねぎ, ホールコーン, キャベツ, こまつな	593 24.7
14	水	そぼろどん キャベツのみそしる だいこんときゅうりのあえもの	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, だいず, みそ	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, えのきたけ, にんじん, たまねぎ, キャベツ, だいこん, きゅうり	583 27.6
15	木	ごはん さばのしおこうじやき やさいのしょうがじる じゃがいものにもの	牛乳	ぎゅうにゅう, さば, ぶたにく, なまあげ, とりにく	こめ, こめぬかあぶら, じゃがいも, さんおんとう	ごぼう, たまねぎ, にんじん, はくさい, しょうが, えだまめ	632 26.5
16	金	ごはん ぶたにくのあまからあげ もずくじる ごまあえ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, とりにく, もずく, みそ	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, こんにゃく, ごま	にんじん, たけのこ, たまねぎ, だいこん, えのきたけ, はくさい, こまつな	636 27.2
19	月	やさいつけうどん ささかまのてんぷら エリンギいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, ささかまぼこ	うどん, こめぬかあぶら, ごまあぶら, こむぎこ, さんおんとう	しょうが, にんにく, にんじん, はくさい, こまつな, ねぎ, エリンギ, きゅうり, キャベツ, たまねぎ	574 24.8

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

おしらせ

2日(金)　こどもの日の献立

5月5日はこどもの日です。子どもの健やかな成長を願って、こいのぼりやかぶとを飾り、柏もちやちまきを食べる風習があります。

この日のミックスサラダには、かぶとの絵柄のかまぼこが入っています。デザートは柏もちです。柏もちには子孫繁栄の願いが込められています。

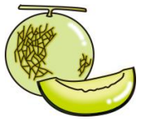
旬の味覚を楽しもう！

○15日（木）じゃが芋の煮物

新じゃが芋がおいしい季節です。新じゃが芋は水分を多く含み、皮がうすくてやわらかいです。

○20日（火）メロン

旬のメロンは、甘みが増してとてもおいしくなります。「アンデスメロン」という品種のメロンを予定しています。



○29日（木）かつおの香味だれ

かつおは旬が年に2回あります。今は「初がつお」の季節です。脂肪分が少なく、さっぱりした味わいなので、油で揚げて香味だれをかけて提供します。

※教職員の5月分給食費の納付期限（口座振替日）は、6月2日(月)です。5月29日(木)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4月25日　発行

5月のこんだて　小学校

C・Dブロック

日	曜	こんだて	のみもの	あかのしょくひん からだをつくる	きいろのしょくひん ねつやちからになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	エネルギー(Kcal) たんぱくしつ(g)
20	火	チキンカレーライス あぶらあげとやさいのいためもの メロン	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, あぶらあげ	こめ, こめぬかあぶら, じゃがいも, バター, こむぎこ, さんおんとう	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, キャベツ, ねぎ, メロン	657 23.2
21	水	ごはん ヒレかつ （ちゅうのうソース） わかめいりみそしる ツナいりやさいいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, なまあげ, わかめ, みそ, まぐろ	こめ, こむぎこ, パンこ, こめぬかあぶら, さんおんとう	えのきたけ, たまねぎ, だいこん, にんじん, キャベツ, こまつな	582 28.5
22	木	マーブルパン マカロニチーズオムレツ キャベツスープ フレンチサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, たまご, なまクリーム, とりにく, チーズ, ぶたにく	パン, こめぬかあぶら, マカロニ, こんにゃく, さんおんとう	たまねぎ, にんじん, キャベツ, こまつな, しょうが, はくさい, えだまめ	660 30.4
23	金	ごはん あじのごまみそだれ すましじる やさいのにもの りんごゼリー	牛乳	ぎゅうにゅう, あじ, みそ, とうふ, とりにく	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごま, こんにゃく	にんじん, えのきたけ, はくさい, みずな, ごぼう, たけのこ, だいこん, えだまめ, りんごゼリー	615 27.6
26	月	にくどうふどん こんさいじる パインかん	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, こんにゃく, さんおんとう, さつまいも	たまねぎ, しいたけ, にんじん, さやいんげん, ごぼう, だいこん, パインかん	635 27.2
27	火	ごはん とりにくのタンドリーふうやき ごもくスープ わかめいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, わかめ	こめ, こめぬかあぶら, ごま, ﾏﾖﾈｰｽﾞふうちょうみりょう(たまごなし), さんおんとう, ごまあぶら	にんにく, にんじん, たけのこ, だいこん, ねぎ, こまつな, しょうが, キャベツ, ホールコーン	577 25.3
28	水	フレッシュパン チリコンカン ポテトいりスープ ハムいりサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいず, とりにく, ハム	パン, こめぬかあぶら, さんおんとう, じゃがいも, オリーブゆ	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトみずに, トマトピューレ, だいこん, キャベツ, しょうが, はくさい, こまつな	585 27.3
29	木	ごはん かつおのこうみだれ もちいりキムチスープ ほそぎりやさいのいためもの	牛乳	ぎゅうにゅう, かつお, とりにく, みそ, ぶたにく	こめ, でんぷん, こめぬかあぶら, さんおんとう, ごま, ごまあぶら, トッポギ, しらたき	ねぎ, にんにく, レモン, にんじん, たまねぎ, はくさいキムチ, こまつな, しょうが, ごぼう, たけのこ, あかパプリカ	607 31.7
30	金	ハムとコーンのピラフ クリームシチュー ベジタブルソテー	じみかーんス	ハム, ぶたにく, ぎゅうにゅう, チーズ, なまクリーム, とりにく	こめ, オリーブゆ, こめぬかあぶら, じゃがいも, こむぎこ, バター	みかんジュース, たまねぎ, ホールコーン, にんじん, しょうが, たけのこ, キャベツ, さやいんげん	586 20.4

おしらせ

５月の主な使用食材の予定産地（小学校）

米	青森・秋田・宮城
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・ 岩手・静岡・北海道
牛肉	北海道・青森・宮城・新潟他
豚肉	茨城・埼玉・群馬・青森・千葉他
鶏肉	山梨・長野・宮崎・岩手他
あじ	チリ
かつお	宮城・静岡
さば	ノルウェー
鰆	東シナ海
メロン	茨城他
さつま芋	茨城他
じゃが芋	鹿児島・長崎
ごぼう	青森
しょうが	高知
大根	千葉
玉ねぎ	北海道・佐賀
にんじん	徳島
にんにく	青森
ねぎ	茨城
白菜	茨城
キャベツ	愛知・神奈川
小松菜	茨城・東京
チンゲン菜	静岡
胡瓜	埼玉
みずな	茨城他
にら	栃木
赤パプリカ	静岡

給食センターホームページ

使用食品原材料配合表

今月の府中産（ふちゅうさん）の食材（しょくざい）は、
小松菜（こまつな）
の予定（よてい）です。

今月の平均	エネルギー	606 Kcal
	たんぱく質（シツ）	26.6 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。

※教職員の5月分給食費の納付期限（口座振替日）は、6月2日(月)です。5月29日(木)までに預金残高の確認をお願いいたします。

Tel042（365）2665