

府中市立学校給食センター献立表

令和8年 1月28日 発行

2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	のみのもの	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		
2	月	ごはん ぶたにくとやさいのしょうがいため みずないりスープ ミックスゼリー		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、シロップ、 みかんゼリー、レモンゼリー	しょうが、にんにく、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、みずな、 たけのこ、だいこん、えのきたけ、 みかんレトルト	655 26.8	<div> <p>2月3日(火) 2月3日は節分です。この日は一年の健康を願い、豆まきをしたりいわしの頭を飾ったりして邪気を払う風習があります。給食では、いわしと大豆を使った料理を提供します。</p> <p>〇いわしのかば焼だれ からりと揚げたいわしに甘辛いタレをかけて食べやすく仕上げます。</p> <p>〇五目煮豆 大豆のほか、こんにゃくやごぼう、れんこんなどの具材を煮含めます。</p> <p>児童が考えた献立が給食に登場します！</p> <p>府中第六小学校の6年生が考えてくれた献立を給食に提供します。家庭科で学んだ知識を生かし、「栄養バランス」「見た目の彩り」「季節感」など、いろいろな点に配慮して考えた献立です。</p> <p>★17日(火) 旬のぶりやキャベツ、れんこんなどの食材を使い、味付けがかたよらないように工夫してくれました。</p> <p>★20日(金) 旬の食材をたくさん使い、「お米がとまらなくなる献立」にしてくれました。 「マヨ入りきんぴらごぼう」はマヨネーズ風調味料(卵なし)を炒め油の代わりを使用したきんぴらごぼうです。給食センターで初めて作る料理です。</p> </div>
3	火	ごはん いわしのかばやきだれ だいこんのみそしる ごもくにまめ		ぎゅうにゅう、いわし、 ぶたにく、みそ、だいず	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、さんおんとう、 こんにゃく	にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、 れんこん、えだまめ	598 26.6	
4	水	ごはん しおにくじゃが なめこじる こんにゃくサラダ (わふうドレッシング)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、みそ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 じゃがいも、さんおんとう、 こんにゃく、ドレッシング	にんじん、たまねぎ、えだまめ、 だいこん、なめこ、ねぎ、はくさい	587 23.8	
5	木	やさいつけうどん ささかまのてんぷら みそいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ささかまぼこ、ベーコン、 みそ	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、 たまねぎ、ごぼう、 たけのこ、ホールコーン	602 26.6	
6	金	デニッシュパン ベーコンいりオムレツ ポテトいりスープ コールスロー		ぎゅうにゅう、たまご、 ベーコン、ぶたにく	パン、こめぬかあぶら、 じゃがいも、さんおんとう	たまねぎ、マッシュルーム、 にんじん、はくさい、 しょうが、キャベツ、セロリー、 ホールコーン	584 25.1	
9	月	とうにゅうパン ぼらのフライ (ちゅうのうソース) やさいスープ オイスターいため		ぎゅうにゅう、ぼら、 とりにく、ウインナー	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら	だいこん、たまねぎ、にんじん、 たけのこ、しょうが、あかパプリカ、 キャベツ、しめじ	625 30.9	
10	火	プルコギどん もちいりスープ ミニトマト		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 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、あかパプリカ、にら、 はくさい、ミニトマト	642 26.9	
12	木	ごはん ぶたにくのレモンじょうゆ さけだんごいりごじる しおこうじいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 さけだんご、だいず、 とうにゅう、みそ、ハム	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、さんおんとう	レモン、ごぼう、にんじん、 だいこん、ねぎ、たけのこ、 キャベツ、こまつな	655 30.7	
13	金	ガーリックライス とりにくのバジルやき メキシカンスープ グリーンサラダ チョコプリン		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、ハム、 ミックスビーンズ	こめ、オリーブゆ、 さんおんとう、こめぬかあぶら、 チョコプリン	ホールコーン、にんにく、レモン、 しょうが、たまねぎ、にんじん、 セロリー、トマトみずに、 トマトピューレ、はくさい、 さやいんげん、きゅうり	628 26.8	
16	月	ガパオふうライス かふうコーンスープ コロコロサラダ (マヨネーズふうちょうみりょうたまごなし)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら、 さつまいも、 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、あかパプリカ、 ピーマン、にんじん、 コーンピューレ、ホールコーン、 チンゲンサイ、しょうが、きゅうり	635 26.2	
17	火	ごはん ぶりのてりやき キャベツスープ れんこんとにんじんのごまあえ		ぎゅうにゅう、ブリ、 ウインナー	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、でんぷん、 こんにゃく、ごま	にんじん、たまねぎ、キャベツ、 しょうが、えのきたけ、れんこん、 ホールコーン	581 26.1	

府中市立学校給食センター献立表

令和8年 1月28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			
18	水	みそラーメン あげおさつ いためナムル	ヨーグルト	ドリンクヨーグルト, 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, ごま	にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ, はくさい, にら, ねぎ, えのきたけ, キャベツ, たけのこ, こまつな	599 23.6	 リクエスト給食 	
19	木	ポークカレーライス ツナいりやさしいため いちご	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, まぐろ	こめ, じゃがいも, こめぬかあぶら, バター, こむぎこ, さんおんとう	にんじん, たまねぎ, にんにく, しょうが, キャベツ, ホールコーン, いちご	646 23.7		
20	金	ごはん とりにくのかからあげ ふゆやさしいる マヨいりきんぴらごぼう(たまごなし)	牛乳	ぎゅうにゅう, とりにく, あぶらあげ, 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, マヨネーズふうちょうみりょう(たまごなし)	だいこん, キャベツ, チンゲンサイ, にんじん, ごぼう, エリンギ, さやいんげん	681 27.2	 卒業する6年生を対象に、「もう一度食 べたい給食」のリクエストアンケートを実 施しました。集計の結果、投票数が多かつ た料理を3学期の給食で提供します。お楽 しみに！ <u>10日(火) ブルコギ丼【第10位】</u> <u>18日(水) 味噌ラーメン【第2位】</u> <u>19日(木)</u> <u>ポークカレーライス【第3位】</u> <u>20日(金)</u> <u>鶏肉のかからあげ【第4位】</u> <u>25日(水) ビビンバ【第8位】</u> <u>26日(木)</u> <u>クリームシチュー【第7位】</u> 	
24	火	ごはん わふうハンバーグ こんさいじる こまつなのようがらしいため	牛乳	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, とうふ, あぶらあげ, とりにく	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, たけのこ, しめじ, キャベツ, こまつな	739 24.3		
25	水	ビビンバ いかだんごスープ デコポン	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, だいず, みそ, いかだんご	こめ, こめぬかあぶら, ごま, さんおんとう, ごまあぶら	にんにく, しょうが, にんじん, たけのこ, はくさいキムチ, はくさい, えのきたけ, にら, ねぎ, だいこん, デコポン	585 28.8		
26	木	フレッシュパン ウインナーデミグラスソース クリームシチュー きのこソテー	いんげん	にゅうさんきんいんりょう, ウインナー, とりにく, ぎゅうにゅう, なまクリーム, チーズ, ぶたにく	パン, こめぬかあぶら, でんぷん, じゃがいも, こむぎこ, バター, オリーブゆ	にんじん, たまねぎ, しょうが, にんにく, エリンギ, マッシュルーム, しめじ, キャベツ	712 21.3		
27	金	ぶたにくいりたきこみごはん めだいのあまずあんかけ やさいのみそしる わかめサラダ	牛乳	ぎゅうにゅう, ぶたにく, めだい, とりにく, なまあげ, みそ, わかめ	こめ, さんおんとう, こめぬかあぶら, でんぷん, こんにゃく	にんじん, しいたけ, たけのこ, えだまめ, こまつな, たまねぎ, はくさい, だいこん	597 29.0	今月の 平均	エネルギー 631 Kcal たんぱく質 26.4 g

※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。

[給食センターホームページ](#)

[使用食品原材料配合表](#)

2月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	栃木	いちご	栃木・茨城他	にんにく	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・山形・岩手・静岡・北海道	デコポン	熊本他	ねぎ	千葉・東京
牛肉	北海道他	さつまいも	茨城	れんこん	茨城
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉・北海道他	じゃが芋	北海道・長崎	白菜	東京
鶏肉	岩手・山梨・宮崎他	ごぼう	茨城	小松菜	東京・茨城
いわし	千葉	大根	神奈川・東京	赤パプリカ	静岡
めだい	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道	胡瓜	高知
ブリ	北海道・韓国	しょうが	高知	ミニトマト	熊本・東京
ぼら	宮崎	にんじん	千葉・茨城	セロリー	静岡・福岡他



今月の府中産の食材は
キャベツ、小松菜、大根、
ミニトマト、ねぎ、白菜
の予定です。



府中市立学校給食センター献立表

令和8年 1月28日 発行



2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	のみのもの	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		
2	月	ごはん いわしのかばやきだれ だいこんのみそしる ごもくにまめ		ぎゅうにゅう、いわし、 ぶたにく、みそ、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、だいこん、ねぎ、ごぼう、 れんこん、えだまめ	598 26.6	<div><p>せつぶんこんだて</p><p>2月2日(月)</p><p>2月3日は節分です。この日は一年の健康を願い、豆まきをしたりいわしの頭を飾ったりして邪気を払う風習があります。給食では、いわしと大豆を使った料理を提供します。</p><p>〇いわしのかばやきだれ</p><p>からりと揚げたいわしに甘辛いタレをかけて食べやすく仕上げます。</p><p>〇五目煮豆</p><p>大豆のほか、こんにやくやごぼう、れんこんなどの具材を煮含めます。</p><div><p>じどう かんが こんだて 児童が考えた献立が きょうしょく どうじょう 給食に登場します！</p></div><p>府中第六小の6年生が考えてくれた献立を給食に提供します。家庭科で学んだ知識を生かし、「栄養バランス」「見た目の彩り」「季節感」など、いろいろな点に配慮して考えた献立です。</p><p>★17日(火)</p><p>旬の食材をたくさん使い、「お米がとまらなくなる献立」にしてくれました。</p><p>「マヨ入りきんぴらごぼう」はマヨネーズ風調味料(卵なし)を炒め油の代わりに使用したきんぴらごぼうです。給食センターで初めて作る料理です。</p><p>★20日(金)</p><p>旬のぶりやキャベツ、れんこんなどの食材を使い、味付けがかたやらないように工夫してくれました。</p></div>
3	火	ごはん ぶたにくとやさいのしょうがいため みずないりスープ ミックスゼリー		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、シロップ、 みかんゼリー、レモンゼリー	しょうが、にんにく、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、みずな、 たけのこ、だいこん、えのきたけ、 みかんレトルト	655 26.8	
4	水	やさいつけうどん ささかまのてんぷら みそいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ささかまぼこ、ベーコン、 みそ	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、 たまねぎ、ごぼう、 たけのこ、ホールコーン	602 26.6	
5	木	ごはん しおにくじゃが なめこじる こんにやくサラダ (わふうドレッシング)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 とうふ、みそ、ハム	こめ、こめぬかあぶら、 じゃがいも、さんおんとう、 こんにやく、ドレッシング	にんじん、たまねぎ、えだまめ、 だいこん、なめこ、ねぎ、はくさい	587 23.8	
6	金	プルコギどん もちいりスープ ミニトマト		ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 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、あかパプリカ、にら、 はくさい、ミニトマト	642 26.9	
9	月	ガバオふうライス かふうコーンスープ コロコロサラダ (マヨネーズふうちょうみりょうたまごなし)		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 だいず、とりにく	こめ、こめぬかあぶら、 さんおんとう、ごまあぶら、 さつまいも、 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、あかパプリカ、 ピーマン、にんじん、 コーンピューレ、ホールコーン、 チンゲンサイ、しょうが、きゅうり	635 26.2	
10	火	デニッシュパン ベーコンいりオムレツ ポテいりスープ コールスロー		ぎゅうにゅう、たまご、 ベーコン、ぶたにく	パン、こめぬかあぶら、 じゃがいも、さんおんとう	たまねぎ、マッシュルーム、 にんじん、はくさい、 しょうが、キャベツ、セロリー、 ホールコーン	584 25.1	
12	木	ガーリックライス とりにくのバジルやき メキシカンスープ グリーンサラダ チョコプリン		ぎゅうにゅう、とりにく、 ぶたにく、ハム、 ミックスビーンズ	こめ、オリーブゆ、 さんおんとう、こめぬかあぶら、 チョコプリン	ホールコーン、にんにく、レモン、 しょうが、たまねぎ、にんじん、 セロリー、トマトみずに、 トマトピューレ、はくさい、 さやいんげん、きゅうり	628 26.8	
13	金	ごはん ぶたにくのレモンじょうゆ さけだんごいりごじる しおこうじいため		ぎゅうにゅう、ぶたにく、 さけだんご、だいず、 とうにゅう、みそ、ハム	こめ、でんぷん、 こめぬかあぶら、さんおんとう	レモン、ごぼう、にんじん、 だいこん、ねぎ、たけのこ、 キャベツ、こまつな	655 30.7	
16	月	とうにゅうパン ぼらのフライ (ちゅうのうソース) やさいスープ オイスターいため		ぎゅうにゅう、ぼら、 とりにく、ウインナー	パン、こむぎこ、パンこ、 こめぬかあぶら	だいこん、たまねぎ、にんじん、 たけのこ、しょうが、あかパプリカ、 キャベツ、しめじ	625 30.9	
17	火	ごはん とりにくのからあげ ふゆやさいじる マヨいりきんぴらごぼう(たまごなし)		ぎゅうにゅう、とりにく、 あぶらあげ、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、 マヨネーズふうちょうみりょう(たまごなし)	だいこん、キャベツ、チンゲンサイ、 にんじん、ごぼう、エリンギ、 さやいんげん	681 27.2	

府中市立学校給食センター献立表

令和8年 1月28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			
18	水	ポークカレーライス ツナいりやさしいため いちご		ぎゅうにゅう,ぶたにく, まぐろ	こめ,じゃがいも, こめぬかあぶら,バター, こむぎこ,さんおんとう	にんじん,たまねぎ,にんにく, しょうが,キャベツ,ホールコーン, いちご	646 23.7	<div> リクエスト給食 <small>きゅうしよく</small> 卒業する6年生を対象に、「もう一度食 べたい給食」のリクエストアンケートを 実施しました。集計の結果、投票数が多か った料理を3学期の給食で提供します。お楽 しみに！ <u>6日(金)プルコギ丼【第10位】</u> <u>17日(火)</u> <u>鶏肉のからあげ【第4位】</u> <u>18日(水)</u> <u>ポークカレーライス【第3位】</u> <u>19日(木)味噌ラーメン【第2位】</u> <u>24日(火)ビビンバ【第8位】</u> <u>27日(金)</u> <u>クリームシチュー【第7位】</u> </div>	
19	木	みそラーメン あげおさつ いためナムル		ドリンクヨーグルト, 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,ごま	にんにく,しょうが,にんじん, たまねぎ,はくさい,にら,ねぎ, えのきたけ,キャベツ,たけのこ, こまつな	599 23.6		
20	金	ごはん ぶりのてりやき キャベツスープ れんこんとにんじんのごまあえ		ぎゅうにゅう,ブリ, ウィンナー	こめ,こめぬかあぶら, さんおんとう,でんぷん, こんにゃく,ごま	にんじん,たまねぎ,キャベツ, しょうが,えのきたけ,れんこん, ホールコーン	581 26.1		
24	火	ビビンバ いかだんごスープ デコポン		ぎゅうにゅう,ぶたにく, だいず,みそ,いかだんご	こめ,こめぬかあぶら,ごま, さんおんとう,ごまあぶら	にんにく,しょうが,にんじん, たけのこ,はくさいキムチ, はくさい,えのきたけ,にら,ねぎ, だいこん,デコポン	585 28.8		
25	水	ごはん わふうハンバーグ こんさいじる こまつなのようがらしいため		ぎゅうにゅう,ぎゅうにく, とうふ,あぶらあげ, とりにく	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, たけのこ,しめじ,キャベツ, こまつな	739 24.3		
26	木	ぶたにくいりたきこみごはん めだいのあまずあんかけ やさいのみそしる わかめサラダ		ぎゅうにゅう,ぶたにく, めだい,とりにく, なまあげ,みそ,わかめ	こめ,さんおんとう, こめぬかあぶら,でんぷん, こんにゃく	にんじん,しいたけ,たけのこ, えだまめ,こまつな,たまねぎ, はくさい,だいこん	597 29.0		
27	金	フレッシュパン ウィンナーデミグラスソース クリームシチュー きのこソテー		にゅうさんきんいんりょう, ウィンナー,とりにく, ぎゅうにゅう, なまクリーム,チーズ, ぶたにく	パン,こめぬかあぶら, でんぷん,じゃがいも, こむぎこ,バター,オリーブゆ	にんじん,たまねぎ,しょうが, にんにく,エリンギ, マッシュルーム,しめじ,キャベツ	712 21.3	今月の 平均	エネルギー 631 Kcal たんぱく質 26.4 g

※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。

[給食センターホームページ](#)

[使用食品原材料配合表](#)

2月の主な使用食材の予定産地(小学校)

米	栃木	いちご	栃木・茨城他	にんにく	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・山形・岩手・静岡・北海道	デコポン	熊本他	ねぎ	千葉・東京
牛肉	北海道他	さつまいも	茨城	れんこん	茨城
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉・北海道他	じゃが芋	北海道・長崎	白菜	東京
鶏肉	岩手・山梨・宮崎他	ごぼう	茨城	小松菜	東京・茨城
いわし	千葉	大根	神奈川・東京	赤パプリカ	静岡
めだい	ニュージーランド	玉ねぎ	北海道	胡瓜	高知
ブリ	北海道・韓国	しょうが	高知	ミニトマト	熊本・東京
ぼら	宮崎	にんじん	千葉・茨城	セロリー	静岡・福岡他



こんげつ ふちゅうさん しょくざい
今月の府中産の食材は
キャベツ、小松菜、大根、
ミニトマト、ねぎ、白菜
の予定です。