

# 府中市立学校給食センター 献立表

発行日:令和8年1月28日



## 2月の献立

### 中学校

Aブロック  
三中  
四中  
六中  
八中  
九中

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
2 月	月	ご飯 牛乳	いわしのかば焼き風	754 30.3	2日(月) 節分献立
			府中っ子汁		
			節分サラダ		
3 火	火	ご飯 ミルクコーヒー	麻婆豆腐	752 31.9	2月3日は節分です。 1年の無事や健康を願つて、豆をまいたり、いわしの頭を玄関に飾る風習があります。それにちなみ、「いわしのかば焼き風」や鬼の形のちらしかまぼこと大豆を使った「節分サラダ」を提供します。
			華風スープ／彩りサラダ(たまねぎドレ)		
4 水	水	白パン 牛乳	ハムカツ(中濃ソース)	826 31.6	4日(水) 受験生応援献立
			キャロットポタージュ		
			カレー風味コールスロー		
5 木	木	ビビンバ(ご飯) 牛乳 ぽんかん	(ビビンバの具)	855 29.4	「受験に勝つ！」ように と願いをこめて、ハムカツを作ります。ソースを かけて白パンにはさんでもおいしく食べられま す。しっかり食べて体調を整えましょう。
			トッポギスープ		
6 金	金	ご飯 牛乳	鶏肉の塩麹焼	774 34.6	9日(月) 「うど入りきんぴら」
			キャベツの味噌汁		
			五目旨煮		
9 月	月	ご飯 牛乳	生揚げの肉味噌かけ2個	772 28.1	春をつげる食材の「う ど」を使ったきんぴらで す。旬の味覚を味わいま しょう。
			だまこ汁		
			うど入りきんぴら		
10 火	火	こぎつねご飯 牛乳	(こぎつねご飯)／わかさぎの南蛮風	765 31.6	バレンタイン献立
			沢煮碗		
			じやが芋の和風和え		
12 木	木	ご飯 牛乳／デコポン ミニエクレア	ホイコーロー	769 33.7	12日(木) 「ミニエクレア」
			サーラータン		
13 金	金	デニッシュパン 牛乳	ハンバーグステーキ	839 31.3	13日(金) 「デニッシュパン」 ハートの形をした風味 豊かなパンです。 「バレンタイン サラダ」
			豆と野菜のスープ		
			バレンタインサラダ		
16 月	月	ご飯 牛乳	ぶりのごまだれ焼	752 32.8	ハートの形のちらしか まぼこを加えたサラダで す。
			野菜の生姜汁		
			切干大根の甘酢和え		
17 火	火	揚げパン 牛乳	(揚げパン)	847 28.6	
			クリームシチュー		
			トマトペンネ		

※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。

# 2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				
18	水	親子丼(ご飯) 牛乳	(親子丼の具) いももち入りすいとん風	鶏肉、卵、米ぬか油、玉ねぎ、しょうゆ、三温糖 豚肉、米ぬか油、しめじ、大根、ねぎ、かぼちゃ、いももち、白みそ、しょうゆ	790 32.8	 <b>リクエスト給食</b>  1月に引き続き、3年生のリクエスト上位のメニューが登場します！ <b>5日(木)</b>			
			こんにゃく梅サラダ	こんにゃく、キャベツ、米ぬか油、酢、三温糖、しょうゆ、梅肉					
			(麦ご飯) 豚肉の生姜炒め	米、大麦 豚肉、しょうが、にんにく、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、しょうゆ					
19	木	麦ご飯 牛乳 洋梨缶	にぎすのつみれ汁	にぎすつみれ、白菜、ねぎ、しょうが、しょうゆ	759 35.8	<b>第9位「ビビンバ」</b> 具材に、旬の「ほうれん草」を使います。 <b>17日(火)</b>			
			海鮮ちゃんぽん麺 (海鮮ちゃんぽん麺)	中華麺、米ぬか油、豚肉、えび、いか、なると、きくらげ、白菜、にんじん、ねぎ、ホールコーン、白こしょう、しょうゆ、ラー油					
			フライドポテト／ツナ入りグリーンサラダ	じゃが芋、米ぬか油／キャベツ、ブロッコリー、枝豆、まぐろ油漬、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、白こしょう、粒マスタード					
24	火	セルフサンド (フレッシュパン・焼きそば) 牛乳／ミニトマト2個	(焼きそば)	中華麺、米ぬか油、豚肉、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、ウスターソース、中濃ソース、トマトケチャップ、白こしょう、しょうゆ	835 26.9	<b>第2位「揚げパン」</b> <b>第8位「シチュー」</b>			
			コーンチャウダー	ベーコン、米ぬか油、にんじん、じゃが芋、玉ねぎ、ホールコーン、小麦粉、バター、牛乳、生クリーム、白こしょう、ローレル					
25	水	ご飯 牛乳	ジャンボ揚げ餃子	餃子の皮、にんにく、しょうが、豚肉、白こしょう、ごま油、しょうゆ、キャベツ、にら、でんぶん、米ぬか油、小麦粉	784 32.1	<b>26日(木)</b>			
			ウースタタン	鶏肉、米ぬか油、豆腐、にんじん、しいたけ、チンゲン菜、しょうゆ、白こしょう、ごま油、でんぶん					
			三色ナムル	もやし、ほうれん草、にんじん、にんにく、しょうゆ、三温糖、ごま油、ごま					
26	木	チキンカレーライス(ご飯) 牛乳 いちご2個	(チキンカレーライスの具)	鶏肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、ローレル、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、白こしょう、ガラムマサラ、三温糖、しょうゆ、ウスターソース、中濃ソース、トマトケチャップ、小麦粉、バター、カレー粉	837 27.9	<b>第6位「カレーライス」</b> <b>27日(金)</b>			
			キャベツウインナーソテー	ウインナー、米ぬか油、キャベツ、にんじん、ホールコーン、白こしょう、しょうゆ					
27	金	ご飯 乳酸菌飲料	鯖の味噌煮風	鯖、米ぬか油、みそ、三温糖、しょうゆ、しょうが、でんぶん	817 26.6	<b>第10位</b> <b>「鯖の味噌煮風」</b> <b>25日(水)</b> <b>「ジャンボ揚げ餃子」</b> 大きな餃子の皮で、肉や野菜を合わせた具を手作業で包み、油で揚げます。			
			吉野汁	生揚げ、こんにゃく、里芋、大根、にんじん、ねぎ、しょうゆ、でんぶん					
			米粉麺入りチャプチエ	米粉麺、牛肉、にんにく、米ぬか油、わけぎ、玉ねぎ、にんじん、チンゲン菜、白こしょう、しょうゆ、三温糖、コチジャン、ごま油					
今月の平均									
エネルギー(kcal)						794			
たんぱく質(g)						30.9			

## 2月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	栃木	ぽんかん	愛媛	玉ねぎ	北海道
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	にんじん	千葉・茨城
牛肉	北海道他	いちご	栃木・茨城他	にんにく	青森
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉他	さつま芋	茨城	ねぎ	東京・千葉
鶏肉	岩手・山梨	里芋	埼玉・愛媛	うど	栃木他
いわし	長崎	じゃが芋	北海道	キャベツ	愛知・東京他
にぎすつみれ	新潟	ごぼう	茨城	白菜	茨城・東京
ぶり	宮城	しょうが	高知	ブロッコリー	群馬・千葉他
わかさぎ	青森	大根	神奈川・東京	胡瓜	高知

今月の府中産は、  
小松菜、白菜、ねぎ、  
わけねぎ、しいたけ  
ミニトマト、キャベツ、  
大根  
農工大の食材は、  
みそを使用する予定です。



給食センター  
ホームページ

使用食品原材料  
配合表



# 2月の献立

## 中学校

Bブロック  
一中  
二中  
五中  
七中  
十中  
浅間中  
かがやき

## 府中市立学校給食センター 献立表

発行日:令和8年1月28日

日	曜	献立名		主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	メモ
2	月	ご飯 ミルクコーヒー	麻婆豆腐	豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、米ぬか油、ねぎ、にんじん、しいたけ、たけのこ、一味唐辛子、トーバンジャン、しょうゆ、みそ、ごま油、三温糖、でんぶん	752 31.9	3日(火) 節分献立
			華風スープ／彩りサラダ(たまねぎドレ)	鶏肉、白菜、わかめ、しょうゆ、白こしょう、ごま油／大根、パプリカ、こんにゃく、枝豆、たまねぎドレッシング		
3	火	ご飯 牛乳	いわしのかば焼き風	いわし、でんぶん、米ぬか油、しょうゆ、三温糖	754 30.3	2月3日は節分です。 1年の無事や健康を願って、豆をまいたり、いわしの頭を玄関に飾る風習があります。それにちなみ、「いわしのかば焼き風」や鬼の形のちらしかまぼこと大豆を使った「節分サラダ」を提供します。
			府中っ子汁	豚肉、米ぬか油、里芋、にんじん、大根、こんにゃく、小松菜、しいたけ、みそ、しょうゆ		
			節分サラダ	ちらし蒲鉾、大豆、白菜、きゅうり、ホールコーン、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、しょうゆ、白こしょう、粉かつお		
4	水	ビビンバ(ご飯) 牛乳 ぽんかん	(ビビンバの具)	豚肉、牛肉、米ぬか油、もやし、ほうれん草、えのきたけ、にら、にんじん、ぜんまい、白菜キムチ、ごま、にんにく、しょうが、三温糖、しょうゆ、コチジャン、一味唐辛子、ごま油	855 29.4	855 29.4
			トッポギスープ	鶏肉、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、トッポギ、ねぎ、しょうゆ、白こしょう、ごま油		
			白パン 牛乳	ハムカツ(中濃ソース)		
5	木	白パン 牛乳	キャロットポタージュ	ハム、白こしょう、小麦粉、パン粉、米ぬか油、中濃ソース	826 31.6	5日(木) 受験生応援献立
			カレー風味コールスロー	鶏肉、にんじん、玉ねぎ、じゃが芋、米ぬか油、クリームコーン、小麦粉、牛乳、生クリーム、白こしょう、ローレル		
			(親子丼の具)	キャベツ、きゅうり、にんじん、米ぬか油、にんにく、カレー粉、三温糖、酢		
6	金	親子丼(ご飯) 牛乳	いももち入りすいとん風	鶏肉、卵、米ぬか油、玉ねぎ、しょうゆ、三温糖	790 32.8	「受験に勝つ！」ように と願いをこめて、ハムカ ツを作ります。ソースを かけて白パンにはさんで もおいしく食べられま す。しっかり食べて体調 を整えましょう。
			こんにゃく梅サラダ	豚肉、米ぬか油、しめじ、大根、ねぎ、かぼちゃ、いももち、白みそ、しょうゆ		
			こぎつねご飯 (こぎつねご飯)／わかさぎの南蛮風	こんにゃく、キャベツ、米ぬか油、酢、三温糖、しょうゆ、梅肉		
9	月	こぎつねご飯 牛乳	沢煮碗	米、鶏肉、米ぬか油、にんじん、油揚げ、しょうが、三温糖、しょうゆ／わかさぎ、でんぶん、米ぬか油、こねぎ、三温糖、しょうゆ、酢、一味唐辛子	765 31.6	10日(火) 「うど入りきんぴら」
			じやが芋の和風和え	豚肉、米ぬか油、大根、ごぼう、ねぎ、たけのこ、しいたけ、しょうゆ、白こしょう		
			生揚げの肉味噌かけ2個	じやが芋、にんじん、枝豆、みそ、三温糖、酢、米ぬか油、ごま、おかか(かつお)		
10	火	ご飯 牛乳	だまこ汁	生揚げ、鶏肉、にんにく、しょうが、玉ねぎ、米ぬか油、三温糖、みそ、しょうゆ、でんぶん	772 28.1	春をつける食材の「う ど」を使ったきんぴらで す。旬の味覚を味わいま しょう。
			うど入りきんぴら	豚肉、米ぬか油、だまこ餅、えのきたけ、大根、にんじん、ねぎ、しょうゆ		
			ハンバーグステーキ	ベーコン、ごぼう、米ぬか油、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、うど、三温糖、しょうゆ		
12	木	デニッシュパン 牛乳	豆と野菜のスープ	牛肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、黒こしょう、セイジ、ナツメグ、しょうゆ、米ぬか油	839 31.3	バレンタイン献立
			バレンタインサラダ	ベーコン、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、ミックスビーンズ4種、ホールコーン、白こしょう、しょうゆ		
			ホイコーロー	キャベツ、にんじん、きゅうり、ちらし蒲鉾、米ぬか油、酢、三温糖、白こしょう		
13	金	ご飯 牛乳／デコポン ミニエクレア	サーラータン	豚肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、キャベツ、ピーマン、たけのこ、テンメンジャン、三温糖、しょうゆ、トーバンジャン、白こしょう、でんぶん	769 33.7	12日(木) 「デニッシュパン」
			(揚げパン)	鶏肉、豆腐、にんじん、ねぎ、小松菜、しょうゆ、黒こしょう、でんぶん、酢、ごま油		
			クリームシチュー	パン粉、ウインナー、にんにく、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、マッシュルーム、小麦粉、バター、牛乳、生クリーム、白こしょう、ローレル		
16	月	揚げパン 牛乳	トマトペンネ	ベーコン、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマトケチャップ、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、黒こしょう	847 28.6	「バレンタイン サラダ」
			ぶりのごまだれ焼	パン粉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマトケチャップ、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、黒こしょう		
			野菜の生姜汁	パン粉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマトケチャップ、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、黒こしょう		
17	火	ご飯 牛乳	切干大根の甘酢和え	パン粉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマトケチャップ、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、黒こしょう	752 32.8	「ミニエクレア」

※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。

# 2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				
18	水	ご飯 牛乳	鶏肉の塩麹焼	774 34.6	 <b>リクエスト給食</b> 1月に引き続き、3年生のリクエスト上位のメニューが登場します！ <b>4日(水)</b>				
			キャベツの味噌汁						
			五目旨煮						
19	木	海鮮ちゃんぽん麺 牛乳	(海鮮ちゃんぽん麺)	761 31.5	<b>第9位「ビビンバ」</b> 具材に、旬の「ほうれん草」を使います。 <b>16日(月)</b>				
			フライドポテト／ツナ入りグリーンサラダ						
20	金	麦ご飯 牛乳 洋梨缶	(麦ご飯)	759 35.8	<b>第2位「揚げパン」</b> <b>第8位「シチュー」</b> <b>26日(木)</b>				
			豚肉の生姜炒め						
			にぎすのつみれ汁						
24	火	セルフサンド (フレッシュパン・焼きそば)	(焼きそば)	835 26.9	<b>第10位</b> <b>「鯖の味噌煮風」</b> <b>27日(金)</b>				
			牛乳／ミニトマト2個						
25	水	ご飯 牛乳	ジャンボ揚げ餃子	784 32.1	<b>第6位「カレーライス」</b> <b>25日(水)</b>				
			ウースタタン						
			三色ナムル						
26	木	ご飯 乳酸菌飲料	鯖の味噌煮風	817 26.6	<b>「ジャンボ揚げ餃子」</b> 大きな餃子の皮で、肉や野菜を合わせた具を手作業で包み、油で揚げます。				
			吉野汁						
			米粉麵入りチャプチエ						
27	金	チキンカレーライス(ご飯) 牛乳 いちご2個	(チキンカレーライスの具)	837 27.9					
			キャベツウインナーソテー						
今月の平均									
エネルギー(kcal) 794									
たんぱく質(g) 30.9									

## 2月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	栃木	ぽんかん	愛媛	玉ねぎ	北海道
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	にんじん	千葉・茨城
牛肉	北海道他	いちご	栃木・茨城他	にんにく	青森
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉他	さつま芋	茨城	ねぎ	東京・千葉
鶏肉	岩手・山梨	里芋	埼玉・愛媛	うど	栃木他
いわし	長崎	じゃが芋	北海道	キャベツ	愛知・東京他
にぎすつみれ	新潟	ごぼう	茨城	白菜	茨城・東京
ぶり	宮城	しょうが	高知	ブロッコリー	群馬・千葉他
わかさぎ	青森	大根	神奈川・東京	胡瓜	高知

今月の府中産は、  
 小松菜、白菜、ねぎ、  
 わけねぎ、しいたけ、  
 ミニトマト、キャベツ、  
 大根  
 農工大の食材は、  
 みそを使用する予定です。

給食センター  
[ホームページ](#)

使用食品原材料  
 配合表