




日	曜	献立名	主な材料	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ	
9	木	ご飯	鶏肉の塩麹焼	鶏肉、しょうが、塩麹、米ぬか油	752 34.8	10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	豚ごぼう汁	豚肉、米ぬか油、油揚げ、ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにゃく、ねぎ、しょうゆ		
			彩り炒め	ベーコン、キャベツ、小松菜、パプリカ、ホールコーン、米ぬか油、白こしょう、しょうゆ		
10	金	揚げパン	(揚げパン)	マーガリンパン、米ぬか油、グラニュー糖	758 28.7	15日(水) 「江戸菜入りごま和え」 「江戸菜」は小松菜を品種改良して作られた野菜です。苦味が少なく、シャキッとした食感が特徴です。 
		牛乳	ポークトマトスープ	豚肉、ベーコン、セロリー、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、トマト水煮、ローレル、白こしょう、カレー粉、パプリカ、じゃが芋、トマトケチャップ、中濃ソース		
			スパゲッティツナサラダ	スパゲッティ、米ぬか油、にんじん、きゅうり、まぐろ油漬、玉ねぎ、酢、三温糖、粒マスタード		
13	月	ご飯	豚肉と野菜のキムチ炒め	豚肉、しょうが、にんにく、米ぬか油、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、白菜キムチ、トバンジャン、しょうゆ、みそ、ごま油、三温糖	756 31.9	16日(木) 入学・進級  お祝い献立 黒米を白米と一緒に炊き、赤飯のようなご飯にします。「お祝い汁」には、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	河内晩柑	トッポギスープ		
14	火	ご飯	照り焼きハンバーグ	牛肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、白こしょう、セイジ、ナツメグ、しょうゆ、米ぬか油、三温糖、でんぷん	775 31.4	
		牛乳	大根入りスープ	豚肉、米ぬか油、大根、にんじん、小松菜、白こしょう、しょうゆ		
			エリンギ入りサラダ(クリーミーフレンチドレ)	エリンギ、こんにゃく、きゅうり、パプリカ、クリーミーフレンチドレッシング		
15	水	豚丼	(ご飯・豚丼の具)	米、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、しらたき、三温糖、しょうゆ	755 34.4	
		牛乳	五目汁	鶏肉、ごぼう、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、たけのこ、みそ、一味唐辛子		
			江戸菜入りごま和え	江戸菜、竹輪、にんじん、しょうゆ、三温糖、ごま		
16	木	黒米ご飯	(黒米ご飯)/あじの甘酢あんかけ	米、黒米/あじ、でんぷん、米ぬか油、三温糖、しょうゆ、酢	796 31.4	
		牛乳	お祝い汁	大根、にんじん、わけぎ、なると、ちらし蒲鉾、しょうゆ		
			桜餅	小松菜入りおかか炒め		
17	金	セルフサンド	(フレッシュパン・フランクケチャップソース2本)	フレッシュパン、フランク、米ぬか油、玉ねぎ、トマトケチャップ、中濃ソース、洋辛子、でんぷん	785 29.6	
		牛乳	清見オレンジ	ポトフ		

4月の献立



中学校



入学・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・麺などの小麦を原材料とする食品は、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児童・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一人分の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・うすら卵)、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. 飲用牛乳及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、ピーナッツ、カシューナッツ、アーモンド、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。(受付時間:平日午前8時30分から午後5時)

Aブロック
三
中
四
中
六
中
八
中
九
中



4月の献立



中学校

Aブロック

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	お知らせ
20	月	和カレー旨煮麺	(中華麺・和カレー旨煮麺の具) 中華麺、米ぬか油、豚肉、玉ねぎ、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、ねぎ、しょうゆ、三温糖、カレー粉、 でんぷん	753 34.7	新メニュー 20日(月) 「和カレー旨煮麺」
		牛乳	ししゃものから揚げ2本 ししゃも、白こしょう、でんぷん、米ぬか油		
			ゆで野菜(かんきつドレ)		
21	火	ガパオ風ライス	(ご飯・ガパオ風ライスの具) 米、豚肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、ごま油、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、パプリカ、バジル、三温糖、 オイスターソース、しょうゆ、黒こしょう	748 33.8	出汁で肉や野菜を煮込 んだカレー味の具を中華麺 の上にかけて食べます。
		牛乳	野菜スープ 鶏肉、米ぬか油、玉ねぎ、えのきたけ、にんじん、キャベツ、しょうゆ、白こしょう		
			海藻入りサラダ サラダ海藻6種、枝豆、きゅうり、こんにゃく、酢、三温糖、米ぬか油		
22	水	ミルクパン	鯖のムニエル 鯖、白こしょう、パセリ、小麦粉、米ぬか油	773 31.1	春の香りや味を楽しみ ましょう！ 春が旬の野菜・果物を 取り入れています。 【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	ウインナー入りスープ ウインナー、セロリ、玉ねぎ、米ぬか油、にんじん、大根、黒こしょう、しょうゆ		
			アスパラ入りサラダ キャベツ、アスパラ、ホールコーン、にんじん、米ぬか油、三温糖、白こしょう、酢		
23	木	たけのこご飯	(たけのこご飯)/生揚げの野菜あんかけ2個 米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油/ 生揚げ、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、米ぬか油、ごま油、しょうゆ、三温糖、しょうが、でんぷん	775 31.5	23日(木) 「たけのこご飯」 今年収穫された「たけ のこ」を使い、米に混ぜ て炊きます。掘りたての 「たけのこ」を味わえる のはこの時期だけです。
		牛乳	だまこ味噌汁 鶏肉、米ぬか油、大根、小松菜、だまこ餅、みそ、しょうゆ		
			肉じゃが 豚肉、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しらたき、枝豆、三温糖、しょうゆ		
24	金	ご飯	豚肉の辛子酢だれ 豚肉、白こしょう、でんぷん、米ぬか油、洋辛子、しょうゆ、酢、三温糖	773 33.1	春の香りや味を楽しみ ましょう！ 春が旬の野菜・果物を 取り入れています。 【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	鶏肉とわかめのスープ 鶏肉、米ぬか油、わかめ、玉ねぎ、白菜、にんじん、しょうゆ、白こしょう		
			切干大根ナムル 切干大根、ハム、小松菜、パプリカ、にんにく、しょうゆ、三温糖、ごま油		
27	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	761 28.8	春の香りや味を楽しみ ましょう！ 春が旬の野菜・果物を 取り入れています。 【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	根菜汁 豚肉、米ぬか油、ごぼう、にんじん、じゃが芋、ねぎ、しょうゆ、でんぷん		
			みかんゼリー みかん、みかんゼリー		
28	火	ご飯	赤魚の香味だれ あかうお、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、しょうゆ、三温糖、ごま油、にんにく、白こしょう、レモン	763 33.8	春の香りや味を楽しみ ましょう！ 春が旬の野菜・果物を 取り入れています。 【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	ドリンクヨーグルト 大根の味噌汁 鶏肉、大根、ねぎ、しめじ、油揚げ、みそ、しょうゆ		
			変わりきんぴら 豚肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、れんこん、さつま芋、米ぬか油、三温糖、しょうゆ、一味唐辛子、ごま		
30	木	中華丼	(麦ご飯・中華丼の具) 米、大麦、しょうが、にんにく、豚肉、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、白菜、きくらげ、パプリカ、なると、しょうゆ、 三温糖、でんぷん、ごま油	747 31.7	春の香りや味を楽しみ ましょう！ 春が旬の野菜・果物を 取り入れています。 【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	ミニトマト2個 サーラータン 鶏肉、豆腐、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、しょうゆ、黒こしょう、でんぷん、酢、ごま油		

※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。

[給食センターホームページ](#)

[アレルギー情報はこちら](#)

4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	秋田	河内晩柑	愛媛	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	清見オレンジ	愛媛・和歌山	ねぎ	千葉・東京
牛肉	青森他	さつま芋	茨城	れんこん	茨城
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉他	じゃが芋	鹿児島・長崎	わけぎ	東京
鶏肉	岩手・宮崎・山梨他	ごぼう	茨城	キャベツ	愛知
あじ	ニュージーランド	しょうが	高知	アスパラ	栃木
あかうお	アメリカ	大根	千葉	小松菜	東京他
鯖	韓国	玉ねぎ	佐賀	ミニトマト	熊本・東京
ししゃも	カナダ	にんじん	徳島	白菜	茨城

今月の平均

エネルギー(kcal)	765
たんぱく質(g)	32.0

今月の府中産の食材は、
小松菜、ねぎ、わけぎ、
ミニトマト、しいたけ



農工大の食材は、
みそを使用する予定です。

日 曜	献立名		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	お知らせ
9 木	揚げパン	(揚げパン)	マーガリンパン、米ぬか油、グラニュー糖	758 28.7
	牛乳	ポークトマトスープ	豚肉、ベーコン、セロリー、米ぬか油、玉ねぎ、にんじん、トマト水煮、ローレル、白こしょう、カレー粉、パプリカ、じゃが芋、トマトケチャップ、中濃ソース	
		スパゲッティツナサラダ	スパゲッティ、米ぬか油、にんじん、きゅうり、まぐろ油漬、玉ねぎ、酢、三温糖、粒マスタード	
10 金	ご飯	豚肉と野菜のキムチ炒め	豚肉、しょうが、にんにく、米ぬか油、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、白菜キムチ、トバンジャン、しょうゆ、みそ、ごま油、三温糖	756 31.9
	牛乳	河内晩柑	鶏肉、米ぬか油、にんじん、チンゲン菜、しいたけ、トッポギ、しょうゆ、白こしょう、ごま油	
13 月	ご飯	鶏肉の塩麴焼	鶏肉、しょうが、塩麴、米ぬか油	752 34.8
	牛乳	豚ごぼう汁	豚肉、米ぬか油、油揚げ、ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにゃく、ねぎ、しょうゆ	
		彩り炒め	ベーコン、キャベツ、小松菜、パプリカ、ホールコーン、米ぬか油、白こしょう、しょうゆ	
14 火	豚丼	(ご飯・豚丼の具)	米、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、しらたき、三温糖、しょうゆ	755 34.4
	牛乳	五目汁	鶏肉、ごぼう、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、たけのこ、みそ、一味唐辛子	
		江戸菜入りごま和え	江戸菜、竹輪、にんじん、しょうゆ、三温糖、ごま	
15 水	ご飯	照り焼きハンバーグ	牛肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、白こしょう、セイジ、ナツメグ、しょうゆ、米ぬか油、三温糖、でんぷん	775 31.4
	牛乳	大根入りスープ	豚肉、米ぬか油、大根、にんじん、小松菜、白こしょう、しょうゆ	
		エリンギ入りサラダ(クリーミーフレンチドレ)	エリンギ、こんにゃく、きゅうり、パプリカ、クリーミーフレンチドレッシング	
16 木	セルフサンド	(フレッシュパン・フランクケチャップソース2本)	フレッシュパン、フランク、米ぬか油、玉ねぎ、トマトケチャップ、中濃ソース、洋辛子、でんぷん	785 29.6
	牛乳	清見オレンジ	ポトフ	
17 金	黒米ご飯	(黒米ご飯)/あじの甘酢あんかけ	米、黒米/あじ、でんぷん、米ぬか油、三温糖、しょうゆ、酢	796 31.4
	牛乳	お祝い汁	大根、にんじん、わけぎ、なると、ちらし蒲鉾、しょうゆ	
	桜餅	小松菜入りおかか炒め	米ぬか油、小松菜、キャベツ、にんじん、しめじ、しょうゆ、おかか(かつお)	

9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。

14日(火)
「江戸菜入りごま和え」
「江戸菜」は小松菜を品種改良して作られた野菜です。苦味が少なく、シャキッとした食感が特徴です。

17日(金)
入学・進級
お祝い献立
黒米を白米と一緒に炊き、赤飯のようなご飯にします。「お祝い汁」には、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。

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・麺などの小麦を原材料とする食品は、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児童・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一人分の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. 飲用牛乳及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、ピーナッツ、カシューナッツ、アーモンド、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。(受付時間:平日午前8時30分から午後5時)

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



中学校

Bブロック

日	曜	献立名	主な材料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	お知らせ
20	月	ガパオ風ライス	(ご飯・ガパオ風ライスの具) 米、豚肉、にんにく、しょうが、米ぬか油、ごま油、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、パプリカ、バジル、三温糖、オイスターソース、しょうゆ、黒こしょう	748 33.8	新メニュー 21日(火) 「和カレー旨煮麺」 出汁で肉や野菜を煮込んだカレー味の具を中華麺の上にかけて食べます。 春の香りや味を楽しみましょう! 春が旬の野菜・果物を取り入れています。 【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 24日(金) 「たけのこご飯」 今年収穫された「たけのこ」を使い、米に混ぜて炊きます。掘りたての「たけのこ」を味わえるのはこの時期だけです。
		牛乳	野菜スープ 鶏肉、米ぬか油、玉ねぎ、えのきたけ、にんじん、キャベツ、しょうゆ、白こしょう		
			海藻入りサラダ サラダ海藻6種、枝豆、きゅうり、こんにゃく、酢、三温糖、米ぬか油		
21	火	和カレー旨煮麺	(中華麺・和カレー旨煮麺の具) 中華麺、米ぬか油、豚肉、玉ねぎ、白菜、にんじん、たけのこ、しいたけ、ねぎ、しょうゆ、三温糖、カレー粉、でんぷん	753 34.7	
		牛乳	ししゃものから揚げ2本 ししゃも、白こしょう、でんぷん、米ぬか油		
			ゆで野菜(かんきつドレ) キャベツ、きゅうり、にんじん、かんきつドレッシング		
22	水	中華丼	(麦ご飯・中華丼の具) 米、大麦、しょうが、にんにく、豚肉、米ぬか油、にんじん、玉ねぎ、白菜、きくらげ、パプリカ、なると、しょうゆ、三温糖、でんぷん、ごま油	747 31.7	
		牛乳	ミニトマト2個 サーラータン 鶏肉、豆腐、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、しょうゆ、黒こしょう、でんぷん、酢、ごま油		
23	木	ご飯	豚肉の辛子酢だれ 豚肉、白こしょう、でんぷん、米ぬか油、洋辛子、しょうゆ、酢、三温糖	773 33.1	
		牛乳	鶏肉とわかめのスープ 鶏肉、米ぬか油、わかめ、玉ねぎ、白菜、にんじん、しょうゆ、白こしょう		
			切干大根ナムル 切干大根、ハム、小松菜、パプリカ、にんにく、しょうゆ、三温糖、ごま油		
24	金	たけのこご飯	(たけのこご飯)/生揚げの野菜あんかけ2個 米、しょうゆ、昆布、たけのこ、米ぬか油/生揚げ、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、米ぬか油、ごま油、しょうゆ、三温糖、しょうが、でんぷん	775 31.5	
		牛乳	だまこ味噌汁 鶏肉、米ぬか油、大根、小松菜、だまこ餅、みそ、しょうゆ		
			肉じゃが 豚肉、米ぬか油、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しらたき、枝豆、三温糖、しょうゆ		
27	月	ご飯	赤魚の香味だれ あかうお、でんぷん、米ぬか油、ねぎ、しょうゆ、三温糖、ごま油、にんにく、白こしょう、レモン	763 33.8	
		ドリンクヨーグルト	大根の味噌汁 鶏肉、大根、ねぎ、しめじ、油揚げ、みそ、しょうゆ		
			変わりきんぴら 豚肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、れんこん、さつま芋、米ぬか油、三温糖、しょうゆ、一味唐辛子、ごま		
28	火	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	761 28.8	
		牛乳	根菜汁 豚肉、米ぬか油、ごぼう、にんじん、じゃが芋、ねぎ、しょうゆ、でんぷん		
			みかんゼリー みかん、みかんゼリー		
30	木	ミルクパン	鯖のムニエル 鯖、白こしょう、パセリ、小麦粉、米ぬか油	773 31.1	
		牛乳	ウインナー入りスープ ウインナー、セロリー、玉ねぎ、米ぬか油、にんじん、大根、黒こしょう、しょうゆ		
			アスパラ入りサラダ キャベツ、アスパラ、ホールコーン、にんじん、米ぬか油、三温糖、白こしょう、酢		

※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。

[給食センターホームページ](#)

[アレルギー情報はこちら](#)

4月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	秋田	河内晩柑	愛媛	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	清見オレンジ	愛媛・和歌山	ねぎ	千葉・東京
牛肉	青森他	さつま芋	茨城	れんこん	茨城
豚肉	茨城・埼玉・群馬・千葉他	じゃが芋	鹿児島・長崎	わけぎ	東京
鶏肉	岩手・宮崎・山梨他	ごぼう	茨城	キャベツ	愛知
あじ	ニュージーランド	しょうが	高知	アスパラ	栃木
あかうお	アメリカ	大根	千葉	小松菜	東京他
鯖	韓国	玉ねぎ	佐賀	ミニトマト	熊本・東京
ししゃも	カナダ	にんじん	徳島	白菜	茨城

今月の平均

エネルギー(kcal)	765
たんぱく質(g)	32.0

今月の府中産の食材は、小松菜、ねぎ、わけぎ、ミニトマト、しいたけ



農工大の食材は、みそを使用する予定です。

問い合わせ先 Tel 042(366)8374