

府中市学校給食センター 献立表

令和8年5月27日 発行







6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)	お知らせ	
1	月	ご飯	たけのこ入りのし鶏	鶏肉、豆腐、しいたけ、にんじん、ねぎ、たけのこ、しょうが、パン粉、みそ、しょうゆ、でんぷん、米ぬか油	777 37.2	<p>「府中市平和都市宣言 40周年」</p> <p>今年度で「府中市平和都市宣言40周年」を迎えました。学校給食では「食」を通し「平和」について考える取組みとして、令和8年6月から令和9年3月までいろいろな国の料理を提供します。お楽しみに！</p> <p>2日(火)  オーストリア献立</p> <p>友好都市ウィーン市ヘルナルス区があるオーストリアの料理です。「キプフェル」は三日月形をしたパンです。「シュニッツェル」は豚肉にパン粉をまぶして揚げた料理で、「ヒューナーズuppe」は鶏肉と野菜のスープです。</p> <p>3日(水)  「あじさいゼリー」</p> <p>季節の花「あじさい」をイメージし、マスカット、ぶどう、いちご、りんご味の4種類のゼリーを混ぜ合わせた涼しげなデザートです。</p> <p>11日(木)  「レモン揚げパン」</p> <p>国産レモンの果皮のパウダーを使った揚げパンです。さわやかな酸味と皮の風味を味わってください。</p> <p>よくかんで、味わって食べよう!</p> <p>6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。よくかむことは、食べ物本来の味がわかり、おいしく感じるだけではなく、虫歯や肥満を防ぐことにつながります。健康づくりの第一歩になります。 </p>
		のり佃煮	たこ団子汁	たこ団子、白菜、小松菜、にんじん、ねぎ、しょうが、しょうゆ		
		牛乳	彩りサラダ	キャベツ、きゅうり、パプリカ、こんにゃく、枝豆、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、しょうゆ、白こしょう、ごま油		
2	火	キプフェル(パン)	シュニッツェル	豚肉、白こしょう、小麦粉、パン粉、米ぬか油	794 34.2	
		牛乳	ヒューナーズuppe	鶏肉、米ぬか油、セロリー、にんじん、玉ねぎ、かぶ、小松菜、ローレル、白こしょう、しょうゆ		
			ベーコンポテト	ベーコン、米ぬか油、玉ねぎ、ホールコーン、じゃが芋、パセリ、黒こしょう、しょうゆ		
3	水	ポークストロガノフ	(ご飯・ポークストロガノフの具)	米、豚肉、にんにく、米ぬか油、玉ねぎ、マッシュルーム、小麦粉、バター、トマトケチャップ、中濃ソース、デミグラスソース、しょうゆ、生クリーム、三温糖、白こしょう、ローレル	851 22.2	
		乳酸菌飲料	キャベツウインナーソーテ	ウインナー、米ぬか油、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、パプリカ、白こしょう、しょうゆ		
			あじさいゼリー	マスカットゼリー、ぶどうゼリー、いちごゼリー、りんごゼリー		
4	木	きつねうどん	(うどん・きつねうどんの具)	うどん、米ぬか油、鶏肉、にんじん、ねぎ、小松菜、しょうゆ、三温糖、でんぷん、油揚げ	773 33.1	
		牛乳	ししゃものカレー揚2本	ししゃも、白こしょう、カレー粉、でんぷん、米ぬか油		
			海藻サラダ(青じそドレ)	サラダ海藻6種、キャベツ、きゅうり、こんにゃく、青じそドレッシング		
5	金	スタミナ丼	(ご飯・スタミナ丼の具)	米、豚肉、トーバンジャン、にんにく、しょうが、米ぬか油、白菜、にら、にんじん、白菜キムチ、三温糖、みそ、しょうゆ、ごま油	775 34.0	
		牛乳	うずら卵入りスープ	鶏肉、米ぬか油、うずら卵、チンゲン菜、ねぎ、えのきたけ、しょうゆ、白こしょう		
			切干大根サラダ	切干大根、きゅうり、にんじん、にんにく、しょうゆ、酢、三温糖、ごま油		
8	月	ご飯	豚肉の甘辛だれ	豚肉、白こしょう、でんぷん、米ぬか油、しょうが、しょうゆ、三温糖	844 33.8	
		牛乳	さつま汁	鶏肉、米ぬか油、さつま芋、こんにゃく、にんじん、大根、ねぎ、みそ、しょうゆ		
		水まんじゅう	いかとチンゲン菜の炒め物	いか、にんにく、米ぬか油、チンゲン菜、キャベツ、にんじん、白こしょう、しょうゆ、でんぷん、ごま油		
9	火	ウインナーピラフ	(ウインナーピラフ)	米、米ぬか油、ウインナー、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、黒こしょう	750 31.8	
		牛乳	ハニーマスタードチキン	鶏肉、しょうゆ、はちみつ、白こしょう、粒マスタード、米ぬか油		
			キャベツコーンスープ/マセドアンサラダ	豚肉、米ぬか油、キャベツ、ホールコーン、にんじん、玉ねぎ、白こしょう、しょうゆ/じゃが芋、にんじん、枝豆、オリーブ油、酢、三温糖、白こしょう		
10	水	ご飯	鯖のおろしだれ	鯖、米ぬか油、大根、三温糖、しょうゆ、でんぷん	841 34.2	
		牛乳	なめこ汁	生揚げ、なめこ、えのきたけ、ねぎ、小松菜、みそ、しょうゆ		
		あとひき大豆	五目きんぴら	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、さつま芋、さつま揚げ、三温糖、しょうゆ、一味唐辛子、ごま油、ごま		
11	木	レモン揚げパン	(レモン揚げパン)	白パン、米ぬか油、グラニュー糖、レモンパウダー	755 23.6	
		牛乳	ビーフシチュー	牛肉、にんにく、しょうが、セロリー、米ぬか油、にんじん、じゃが芋、玉ねぎ、小麦粉、バター、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、ウスターソース、デミグラスソース、白こしょう		
			グリーンサラダ	キャベツ、きゅうり、小松菜、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、粒マスタード		
12	金	ご飯	家常豆腐	生揚げ、豚肉、米ぬか油、玉ねぎ、たけのこ、にんじん、ねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが、三温糖、みそ、しょうゆ、トーバンジャン、ごま油、でんぷん	755 32.6	
		牛乳	華風スープ	鶏肉、米ぬか油、にんじん、チンゲン菜、じゃが芋、玉ねぎ、しょうゆ、白こしょう、ごま油		
15	月	なす入りミート麺	(中華麺・なす入りミート麺の具)	中華麺、米ぬか油、豚肉、にんにく、にんじん、玉ねぎ、なす、しいたけ、トマトケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、三温糖、しょうゆ、白こしょう、ナツメグ、ローレル、小麦粉	752 30.4	
		牛乳	フライドポテト/ズッキーニ入りサラダ	じゃが芋、米ぬか油/キャベツ、にんじん、ズッキーニ、ホールコーン、米ぬか油、酢、レモン、三温糖、白こしょう		
16	火	ココアパン	エビグラタン	鶏肉、えび、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、米ぬか油、白こしょう、小麦粉、バター、牛乳、ペンネ、生クリーム、チーズ、パン粉、パセリ	848 35.8	
		牛乳	豆と野菜のスープ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、ミックスビーンズ4種、白こしょう、しょうゆ		
17	水	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼	鮭、しょうゆ、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、にんじん、しめじ、米ぬか油、白こしょう、みそ、三温糖、しょうゆ、バター	755 32.3	
		牛乳	野菜の生姜汁	豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、白菜、小松菜、しょうゆ、しょうが		
			フルーツ白玉(みかん・りんご・もも)	みかん、りんご、黄桃、白桃、白玉餅		



6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
18	木	ご飯	ジャンボ揚げ餃子	751 30.3	 6月は「食育月間」です! 生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために「食べる力」を身につける必要があります。特に子どもたちは、健康な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。
		牛乳	ウースータン		
			華風漬		
19	金	そばろ井	(麦ご飯・そばろ井の具)	788 33.2	
		牛乳	いもち入り味噌汁		
			こんにゃく梅サラダ		
22	月	ご飯	生揚げのねぎ味噌だれ2個	793 30.0	
		牛乳	だまこ汁		
			塩肉じゃが		
23	火	ご飯	豚肉と野菜の生姜炒め	750 33.3	
		牛乳	鶏肉と大根のスープ		
			めかぶ入りゆで野菜(ゆずポン酢)		
24	水	とうもろこしご飯	(とうもろこしご飯)	760 30.8	26日(金) 「なすの味噌炒め」 「なす」は6月頃から旬を迎えます。水分を多く含み、体を冷やす働きがあるので、暑い季節には積極的に食べたい野菜です。味噌味の炒め物にします。
		牛乳	鶏肉のから揚げ		
			豚汁/小松菜入りお浸し		
25	木	ナン	キーマカレー	763 35.5	
		ドリンクヨーグルト	ベーコンときのこのソテー		
26	金	ご飯	あじのごまがらめ	756 37.0	旬の果物を食べましょう 旬の果物は、おいしく、体の調子を整える栄養素が豊富に含まれています。季節の味を楽しみましょう。
		牛乳	鶏ごぼう汁		
			なすの味噌炒め		
29	月	ご飯	いかの南蛮風	752 31.0	
		牛乳	トッポギ入りスープ		
			華風サラダ(中華ドレ)		
30	火	ご飯	チンジャオロースー	750 37.5	25日(木) 「メロン」 30日(火) 「さくらんぼ」
		牛乳	わかめスープ		

※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](#)

6月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	岩手	さくらんぼ	山形	大根	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・山形・静岡・北海道	メロン	茨城	玉ねぎ	兵庫・香川・東京他
牛肉	北海道他	さつま芋	茨城・千葉	長茄子	茨城・熊本
豚肉	茨城・千葉・北海道	じゃが芋	鹿児島・長崎・東京	キャベツ	茨城
鶏肉	宮崎・山梨・岩手他	小じゃが芋	東京・茨城	にんじん	千葉・茨城
あじ	チリ	かぶ	千葉	にんにく	青森他
鮭	北海道	ごぼう	青森・群馬	ねぎ	茨城・千葉
鯖	ノルウェー	しょうが	熊本	小松菜	東京・千葉・茨城
ししゃも	カナダ	ズッキーニ	千葉・茨城	長茄子	茨城・熊本

今月の平均

エネルギー(kcal)	779
たんぱく質(g)	32.5

今月の府中産の食材は、小松菜、じゃが芋、玉ねぎ、しいたけ

 農工大の食材は、みそを使用する予定です。

府中市学校給食センター 献立表

令和8年5月27日 発行



6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

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	
1 月	ご飯	たけのこ入りのし鶏	777 37.2	<p>「府中市平和都市宣言 40周年」</p> <p>今年度で「府中市平和都市宣言40周年」を迎えました。学校給食では「食」を通し「平和」について考える取組みとして、令和8年6月から令和9年3月までいろいろな国の料理を提供します。お楽しみに！</p> <p>5日(金) オーストリア献立</p> <p>友好都市ウィーン市ヘルナルス区があるオーストリアの料理です。「キプフェル」は三日月形をしたパンです。「シュニッツェル」は豚肉にパン粉をまぶして揚げた料理で、「ヒューナーズuppe」は鶏肉と野菜のスープです。</p> <p>4日(木) 「あじさいゼリー」</p> <p>季節の花「あじさい」をイメージし、マスカット、ぶどう、いちご、りんご味の4種類のゼリーを混ぜ合わせた涼しげなデザートです。</p> <p>10日(水) 「レモン揚げパン」</p> <p>国産レモンの果皮のパウダーを使った揚げパンです。さわやかな酸味と皮の風味を味わってください。</p> <p>よくかんで、味わって食べよう!</p> <p>6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。よくかむことは、食べ物本来の味がわかり、おいしく感じるだけではなく、虫歯や肥満を防ぐことにつながります。健康づくりの第一歩になります。 </p>	
	のり佃煮	たこ団子汁			たこ団子、白菜、小松菜、にんじん、ねぎ、しょうが、しょうゆ
	牛乳	彩りサラダ			キャベツ、きゅうり、パプリカ、こんにゃく、枝豆、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、しょうゆ、白こしょう、ごま油
2 火	スタミナ丼	(ご飯・スタミナ丼の具)	775 34.0		
	牛乳	うずら卵入りスープ			鶏肉、米ぬか油、うずら卵、チンゲン菜、ねぎ、えのきたけ、しょうゆ、白こしょう
		切干大根サラダ			切干大根、きゅうり、にんじん、にんにく、しょうゆ、酢、三温糖、ごま油
3 水	きつねうどん	(うどん・きつねうどんの具)	773 33.1		
	牛乳	ししゃものカレー揚2本			ししゃも、白こしょう、カレー粉、でんぷん、米ぬか油
		海藻サラダ(青じそドレ)			サラダ海藻6種、キャベツ、きゅうり、こんにゃく、青じそドレッシング
4 木	ポークストロガノフ	(ご飯・ポークストロガノフの具)	851 22.2		
	乳酸菌飲料	キャベツウインナーソーテー			ウインナー、米ぬか油、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、パプリカ、白こしょう、しょうゆ
		あじさいゼリー			マスカットゼリー、ぶどうゼリー、いちごゼリー、りんごゼリー
5 金	キプフェル(パン)	シュニッツェル	794 34.2		
	牛乳	ヒューナーズuppe			鶏肉、米ぬか油、セロリー、にんじん、玉ねぎ、かぶ、小松菜、ローレル、白こしょう、しょうゆ
		ベーコンポテト			ベーコン、米ぬか油、玉ねぎ、ホールコーン、じゃが芋、パセリ、黒こしょう、しょうゆ
8 月	ウインナーピラフ	(ウインナーピラフ)	750 31.8		
	牛乳	ハニーマスタードチキン			鶏肉、しょうゆ、はちみつ、白こしょう、粒マスタード、米ぬか油
		キャベツコーンスープ/マセドアンサラダ		豚肉、米ぬか油、キャベツ、ホールコーン、にんじん、玉ねぎ、白こしょう、しょうゆ/じゃが芋、にんじん、枝豆、オリーブ油、酢、三温糖、白こしょう	
9 火	ご飯	豚肉の甘辛だれ	844 33.8		
	牛乳	さつま汁		鶏肉、米ぬか油、さつま芋、こんにゃく、にんじん、大根、ねぎ、みそ、しょうゆ	
	水まんじゅう	いかとチンゲン菜の炒め物		いか、にんにく、米ぬか油、チンゲン菜、キャベツ、にんじん、白こしょう、しょうゆ、でんぷん、ごま油	
10 水	レモン揚げパン	(レモン揚げパン)	755 23.6		
	牛乳	ビーフシチュー		牛肉、にんにく、しょうが、セロリー、米ぬか油、にんじん、じゃが芋、玉ねぎ、小麦粉、バター、トマトピューレ、三温糖、中濃ソース、ウスターソース、デミグラスソース、白こしょう	
		グリーンサラダ		キャベツ、きゅうり、小松菜、玉ねぎ、米ぬか油、酢、三温糖、粒マスタード	
11 木	ご飯	鯖のおろしだれ	841 34.2		
	牛乳	なめこ汁		生揚げ、なめこ、えのきたけ、ねぎ、小松菜、みそ、しょうゆ	
	あとひき大豆	五目きんぴら		豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、こんにゃく、さやいんげん、さつま芋、さつま揚げ、三温糖、しょうゆ、一味唐辛子、ごま油、ごま	
12 金	なす入りミート麺	(中華麺・なす入りミート麺の具)	752 30.4		
	牛乳	フライドポテト/ズッキーニ入りサラダ		じゃが芋、米ぬか油/キャベツ、にんじん、ズッキーニ、ホールコーン、米ぬか油、酢、レモン、三温糖、白こしょう	
15 月	ご飯	家常豆腐	755 32.6		
	牛乳	華風スープ		鶏肉、米ぬか油、にんじん、チンゲン菜、じゃが芋、玉ねぎ、しょうゆ、白こしょう、ごま油	
16 火	冷凍みかん		788 33.2		
	牛乳	そばろ丼		(麦ご飯・そばろ丼の具)	
		いもち入り味噌汁		鶏肉、米ぬか油、大根、小松菜、いもち、みそ、しょうゆ	
17 水	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼	755 32.3		
	牛乳	野菜の生姜汁		豚肉、ごぼう、米ぬか油、にんじん、白菜、小松菜、しょうゆ、しょうが	
		フルーツ白玉(みかん・りんご・もも)		みかん、りんご、黄桃、白桃、白玉餅	



6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
18 木	ご飯	ジャンボ揚げ餃子	751 30.3	<p>生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために「食べる力」を身につける必要があります。特に子どもたちは、健康な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。</p>
	牛乳	ウーサータン		
		華風漬		
19 金	ココアパン	エビグラタン	848 35.8	<p>25日(木) 「なすの味噌炒め」 「なす」は6月頃から旬を迎えます。水分を多く含み、体を冷やす働きがあるので、暑い季節には積極的に食べたい野菜です。味噌味の炒め物にします。</p> <p>旬の果物を食べましょう 旬の果物は、おいしく、体の調子を整える栄養素が豊富に含まれています。季節の味を楽しみましょう。</p> <p>26日(金) 「メロン」 29日(月) 「さくらんぼ」</p>
	牛乳	豆と野菜のスープ		
ミニトマト2個				
22 月	ご飯	いかの南蛮風	752 31.0	
	牛乳	トッポギ入りスープ		
		華風サラダ(中華ドレ)		
23 火	とうもろこしご飯	(とうもろこしご飯)	760 30.8	
	牛乳	鶏肉のから揚げ		
		豚汁/小松菜入りお浸し		
24 水	ご飯	豚肉と野菜の生姜炒め	750 33.3	
	牛乳	鶏肉と大根のスープ		
		めかぶ入りゆで野菜(ゆずポン酢)		
25 木	ご飯	あじのごまがらめ	756 37.0	
	牛乳	鶏ごぼう汁		
		なすの味噌炒め		
26 金	ナン	キーマカレー	763 35.5	
	ドリンクヨーグルト			
メロン	ベーコンときのこのソテー			
29 月	ご飯	チンジャオロースー	750 37.5	
	牛乳	わかめスープ		
さくらんぼ3個				
30 火	ご飯	生揚げのねぎ味噌だれ2個	793 30.0	
	牛乳	だまこ汁		
		塩肉じゃが		

※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](#)

6月の主な使用食材の予定産地(中学校)

米	岩手	さくらんぼ	山形	大根	青森
牛乳	神奈川・千葉・栃木・群馬・山形・静岡・北海道	メロン	茨城	玉ねぎ	兵庫・香川・東京他
牛肉	北海道他	さつまいも	茨城・千葉	長茄子	茨城・熊本
豚肉	茨城・千葉・北海道	じゃが芋	鹿児島・長崎・東京	キャベツ	茨城
鶏肉	宮崎・山梨・岩手他	小じゃが芋	東京・茨城	にんじん	千葉・茨城
あじ	チリ	かぶ	千葉	にんにく	青森他
鮭	北海道	ごぼう	青森・群馬	ねぎ	茨城・千葉
鯖	ノルウェー	しょうが	熊本	小松菜	東京・千葉・茨城
ししゃも	カナダ	ズッキーニ	千葉・茨城	長茄子	茨城・熊本

今月の平均	
エネルギー(kcal)	779
たんぱく質(g)	32.5

今月の府中産の食材は、小松菜、じゃが芋、玉ねぎ、しいたけ
 農工大の食材は、みそを使用する予定です。

