



カルシウムを蓄えるためには？

13～15歳は特にカルシウムを蓄えられる大切な時期です。カルシウムは一度にたくさんとっても吸収できる量が限られているので、こまめにとることが大切です。カルシウムを十分とって丈夫な骨を作りましょう！

飲み物(200mlあたりの)
カルシウム量を比べてみると…



同じ200mlでも、牛乳からはたくさんのカルシウムをとることができます。さらに牛乳のカルシウムは体に吸収されやすい特徴もあります。

カルシウムの多い食べ物も
活用しよう！



牛乳が苦手な人はヨーグルトやチーズなどの乳製品を食べるように心がけましょう。乳アレルギーのある人は豆腐や納豆、小魚、海そう、色の濃い野菜などでカルシウムが補えます。

★インターネット予約をご利用の方へ★ 予約の締切は、給食を食べたい日の7日前(土・日・祝日を除く)午後2時です。

10月分は、9月18日(水)までに予約をしておく忘れなくて安心です！

★マークシート予約をご利用の方へ★ 10月分のマークシート提出期限は、9月5日(木)です。

食材産地<6月分>		野菜	産地
牛乳	産地	ぶなしめじ	長野、新潟
牛乳(朝夕カナシ乳業の策乳エリア)	北海道、岩手、千葉、栃木、神奈川県、岡山	きゅうり	群馬、福島、茨城、埼玉、千葉
米	産地	人参	千葉
米	国産	青ピーマン	茨城、宮崎、高知
肉類	産地	えのきだけ	長野、新潟
豚肉	鹿児島、宮崎、熊本、大分、福岡、群馬、北海道、千葉、埼玉	さやいんげん	インドネシア
鶏肉	岩手、宮城、福島、山形、青森、宮崎、北海道、鹿児島	もやし	静岡
魚介類	産地	れんこん	茨城
いか	ベルー	さつまいも	茨城、千葉
鮭	北海道	大根	青森、北海道、千葉
さば	ノルウェー	水菜	茨城
ホキ	ニューージーランド	白菜	茨城、長野、群馬
メルルーサ	アルゼンチン、ウルグアイ	長ねぎ	茨城、千葉、栃木、埼玉
ちりめんじゃこ	インドネシア	ブロッコリー	エクアドル
ぶり	長崎	ごぼう	青森、熊本、茨城
野菜	産地	にら	茨城、栃木、高知
玉葱	佐賀	かぼちゃ	メキシコ
キャベツ	茨城	エリンギ	長野、新潟
じゃがいも	長崎、鹿児島、茨城	大豆もやし	静岡
		小松菜	茨城、群馬

日	曜	1年	2年	3年	わかばA			わかばB		
					1年	2年	3年	1年	2年	3年
10月										
1	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2	水	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
4	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
5	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
6	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
7	月	○	○	○	○	○	○	○	○	○
8	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9	水	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
11	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
13	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
14	月	×	×	×	×	×	×	×	×	×
15	火	○	○	○	○	○	○	○	○	○
16	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×
17	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
18	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
19	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
20	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
21	月	○	○	○	○	○	○	○	○	○
22	火	×	×	×	×	×	×	×	×	×
23	水	×	×	×	×	×	×	×	×	×
24	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
25	金	○	○	○	○	○	○	○	○	○
26	土	×	×	×	×	×	×	×	×	×
27	日	×	×	×	×	×	×	×	×	×
28	月	○	○	×	○	○	×	○	○	×
29	火	○	○	○	○	○	×	○	○	×
30	水	○	○	×	○	○	×	○	○	×
31	木	○	○	×	○	○	×	○	○	×
給食実施回数	19	19	13	18	18	13	18	18	13	13
全額	5890	5890	4030	5580	5580	4030	5580	5580	4030	4030

【お問い合わせ先】

●予約方法、支払状況、ID・パスワード・払込票の再発行について

給食コールセンター 菜友(サイユウ)

電話:0594-86-7772(平日9:00~17:00)

●献立の内容について

町田市教育委員会学校教育部保健給食課 中学校給食担当

電話:042-724-2177(平日8:30~17:00)

FAX:050-3161-8681



きりとり✂

給食で、もう一度食べたいメニュー、食べてみたいメニューをリクエストしてください。

リクエストが多いメニューを、これからの給食の献立に取り入れます。

給食を食べている人も、食べていない人も、リクエストできます！ぜひ、リクエストしてください!!

※給食で出たことがないもの(例:高面なもの(ステーキなど)、生物(刺身やケーキなど)、提供が難しいもの(アイスクリームなど)は、リクエストできません。

※リクエスト券を記入したらきりとり部分から切り取って、配膳係さんに渡しください。締切はありません。

給食リクエスト券

私は

をリクエストします。



～旬の食材を楽しもう！～
食欲の秋献立

「食欲の秋」です。秋はたくさんのおいしい食材が収穫される時期です。食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わい、豊かな感性や味覚を育みましょう。詳しくは裏面をチェック！



このマークが目印！



1
火

- ・韓国風肉じゃが
・ししゃものごま天
・コールスローサラダ
・チーズ
・ごはん
・牛乳

リクエスト



2
水

- ・豆腐のミートソース和え
・鶏肉の照り焼き
・ごぼうのごまマヨサラダ
・果物
・塩こんぶごはん
・牛乳



3
木

- ・鶏の香味揚げ
・大根きんぴら
・ひじきと豆のマリネ
・うずら卵の醤油煮
・ごはん
・牛乳



4
金

- ・棒餃子
・ハムとポテトのソテー
・もやしと切干大根のナムル
・にんじんシリシリ
・ごはん
・牛乳



7
月

- ・鯖の竜田揚げ
・生揚げのきのこソースかけ
・青梗菜のごまみそ和え
・さつまいものきんとん
・ごはん
・牛乳



8
火

- ・黒ごまキーマカレー
・いかのガーリック焼き
・ピクルス
・果物
・ごはん
・牛乳



9
水

- ・ビビンバ
・チーズポテト
・ごまマヨ和え
・すりおろし洋梨ミニゼリー
・ごはん
・牛乳

リクエスト



10
木

- ・鶏肉と大豆のトマト煮
・ペペロンチーノ
・かぼちゃサラダ
・チーズ
・鉄っ子ひじきふりかけごはん
・牛乳



リクエスト



11
金

- ・生揚げと野菜のキムチ炒め
・魚のみりん焼き
・ゆで野菜のごまだれかけ
・フライドポテト
・ごはん
・牛乳



14
月

スポーツの日



15
火

- ・魚の西京焼き
・きんぴらごぼう
・野菜の昆布和え
・大字芋
・ごはん
・牛乳

リクエスト



16
水

- ・鶏肉のレモン煮
・小松菜とひじきのナムル
・じゃがバターコーン
・いんげんのごま和え
・ごはん
・牛乳



17
木

- ・いかのさらさ揚げ
・ビーフンと野菜のソテー
・大豆とひじきの炒め煮
・パンプキンチーズ
・ごはん
・牛乳

リクエスト



18
金

- ・豆腐のチリソース
・竹輪の磯辺揚げ
・ツナマヨ和え
・チーズ
・ごはん
・牛乳



21
月

- ・とり天
・野菜のソテー
・ブロッコリーとひじきのごま和え
・チーズ
・ゆかりごはん
・牛乳



リクエスト



22
火

- ・豚すき丼の具
・大根サラダ
・カラフルナムル
・おなかポテト
・ごはん
・牛乳

リクエスト



23
水

- ・揚げ鯖の甘酢あん
・ツナじゃが
・小松菜とコーンのみそマヨ和え
・果物
・ごはん
・牛乳



24
木

- ・麻婆豆腐
・いかのフリッター
・大豆もやしのピリ辛ボン酢和え
・すりおろしりんごミニゼリー
・ごはん
・牛乳



25
金

- ・チキンのオニオンマスタード焼き
・スパゲティーナポリタン
・切干大根の煮物
・きゅうりの塩昆布浅漬け
・ごはん
・牛乳



リクエスト



28
月

- ・チリコンカン
・きのこパスタの炒め物
・キャベツとじゃこのレモン和え
・チーズ
・ペアー食パン
・牛乳



29
火

- ・白身魚のバジルソテー
・ツナマカロニグラタン
・青菜のおかか和え
・切り干しフレークふりかけ
・ごはん
・牛乳



30
水

- ・ペリペリチキン
・豆入りポテトサラダ
・キャベツのごま和え
・じゃこ人参ふりかけ
・ごはん
・牛乳



31
木

- ・海鮮豆腐
・ウインナーのケチャップ和え
・切干大根のソース炒め
・うずら卵のカレー煮
・ごはん
・牛乳



使用食材の詳細については、まちだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」をご確認ください。

スプーン印のある日は、スプーンをご持参ください。ただし、箸は毎日つきます。



主な使用食材 10月

(お願い) 食物アレルギーがある方は、**まちだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」を必ずご確認ください。**
 インターネット検索の場合: 「まちだ子育てサイト」を検索・小・中学校情報・学校給食・中学校給食について・中学校給食の献立表・詳細献立表・給食だより



日	曜日	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	栄養価	日	曜日	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	栄養価
1	火	豚肉 ししゃも かつお節 チーズ牛乳	精白米 ごま油 こんにゃく じゃがいも 砂糖 天ぷら粉 油 ごま フレンチドレッシング	しょうがにんにく ねぎ にんじん 玉葱 グリンピース こまつな もやし コーン キャベツ きゅうり	エネルギー 738 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 2.2 g	17	木	いか 豚肉 ひじき 大豆 凍り豆腐 チーズ牛乳	精白米 かたくり粉 薄力粉 油 バター ビーフン 砂糖	しょうが キャベツ コーン にんじん 玉葱 もやし 青ピーマン がらちゃ	エネルギー 827 kcal たんぱく質 32.1 g 脂質 21.3 g 食塩相当量 2.4 g
2	水	塩昆布 豆腐 豚肉 大豆ミート チーズ 鶏肉 大豆 牛乳	精白米 薄力粉 パター 油 砂糖 パン粉 かたくり粉 ごま油 ごまヨドレッシング	玉葱 にんじん トマト パセリ もやし 青ピーマン ごぼう きゅうり コーン パイン缶詰	エネルギー 788 kcal たんぱく質 32.3 g 脂質 21.6 g 食塩相当量 2.6 g	18	金	豚肉 大豆ミート 豆腐 焼き竹輪 あおのり ツナ チーズ牛乳	精白米 油 砂糖 かたくり粉 天ぷら粉 ごま油 マヨネーズ	にんにく しょうが 玉葱 椎茸 ねぎ 青ピーマン にんじん きゅうり もやし キャベツ ごまつな コーン	エネルギー 814 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 27.0 g 食塩相当量 2.4 g
3	木	鶏肉 ひじき 大豆 うすら卵 牛乳	精白米 かたくり粉 薄力粉 油 ごま油 ごま こんにゃく 砂糖 オリーブ油	しょうが パセリ もやし ごまつな 赤ピーマン だいにんにん キャベツ きゅうり コーン	エネルギー 759 kcal たんぱく質 34.0 g 脂質 20.0 g 食塩相当量 1.9 g	21	月	鶏肉 かつお節 ハム ひじき みそ チーズ牛乳	精白米 薄力粉 油 砂糖 マヨネーズ ごま	ゆかり しょうが ごまつな にんじん キャベツ いら コーン ブロッコリー	エネルギー 739 kcal たんぱく質 33.6 g 脂質 20.5 g 食塩相当量 1.2 g
4	金	松本市特製焼餃子 ハム わかめ ツナ 牛乳	精白米 油 パター じゃがいも 砂糖 ごま ごま油	キャベツ ほうれんそう ぶなしめじ もやし コーン 切干だいこん 赤ピーマン にんじん	エネルギー 740 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 19.8 g 食塩相当量 1.7 g	22	火	豚肉 ひじき 大豆 ツナ あおのり かつお節 牛乳	精白米 油 しらす 砂糖 ごま油 ごま マヨネーズ じゃがいも	玉葱 えのきたけ ねぎ だいにんにん みずなしレモン もやし キャベツ にんじん	エネルギー 757 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 22.4 g 食塩相当量 2.1 g
7	月	さば 生揚げ 鶏肉 みそ 牛乳	精白米 かたくり粉 油 砂糖 ごま さつまいも	しょうが さやいんげん 椎茸 えのきたけ ぶなしめじ キャベツ チンゲンツァイ	エネルギー 828 kcal たんぱく質 34.1 g 脂質 27.4 g 食塩相当量 1.6 g	23	水	さば ツナ みそ かつお節 牛乳	精白米 かたくり粉 油 砂糖 ごま油 じゃがいも マヨネーズ	しょうが にんじん きゅうり もやし 玉葱 グリンピース ごまつな キャベツ コーン みかん缶詰	エネルギー 838 kcal たんぱく質 30.4 g 脂質 29.6 g 食塩相当量 2.3 g
8	火	豚肉 大豆ミート 大豆 いか 牛乳	精白米 油 ごま かたくり粉 バター 砂糖	にんにく しょうが 玉葱 トマト キャベツ だいにんにん にんじん みかん缶詰	エネルギー 710 kcal たんぱく質 30.0 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 2.2 g	24	木	豚肉 大豆ミート みそ 豆腐 いか 牛乳	精白米 油 砂糖 かたくり粉 ごま油 天ぷら粉 ごま	しょうが にんにく 玉葱 椎茸 にんじん いら ねぎ キャベツ だいもやし きゅうり にんにく ずりおろしりんご ミニセリー	エネルギー 781 kcal たんぱく質 31.1 g 脂質 21.7 g 食塩相当量 2.4 g
9	水	豚肉 チーズ ひじき みそ 牛乳	精白米 油 砂糖 ごま かたくり粉 ごま油 中華ドレッシング じゃがいも マヨネーズ	にんにく しょうが 玉葱 にんじん もやし こまつな えだまめ パセリ きゅうり キャベツ すりおろし洋梨 ミニセリー	エネルギー 823 kcal たんぱく質 31.5 g 脂質 26.4 g 食塩相当量 2.1 g	25	金	鶏肉 ハム 焼き竹輪 塩昆布 牛乳	精白米 油 パター スパゲッティ オリーブ油 砂糖	玉葱 こまつな キャベツ コーン にんにく 青ピーマン 切干しいたけ にんじん きゅうり	エネルギー 753 kcal たんぱく質 33.5 g 脂質 17.1 g 食塩相当量 2.8 g
10	木	鉄っ子ひじきぶりかけ 鶏肉 大豆 ベーコン チーズ牛乳	精白米 油 砂糖 パター かたくり粉 スパゲッティ オリーブ油 マヨネーズ	セロリ にんにく 玉葱 にんじん トマト ブロッコリー えのきたけ パセリ がらちゃ きゅうり	エネルギー 779 kcal たんぱく質 34.6 g 脂質 21.1 g 食塩相当量 2.8 g	28	月	鶏肉 大豆ミート ベーコン 大豆 ちりめんじゃこ チーズ牛乳	マーブルチョコ食パン セザミ油 バン 油 薄力粉 パター かたくり粉 スパゲッティ オリーブ油 ごま	にんにく 玉葱 にんじん パセリ エリンギ ぶなしめじ こまつな キャベツ レモン	エネルギー 720 kcal たんぱく質 34.4 g 脂質 29.8 g 食塩相当量 2.8 g
11	金	生揚げ 豚肉 めばる 牛乳	精白米 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも	にんじん キャベツ はくさい キムチ漬け 青ピーマン だいにんにん ゆかり もやし ごまつな パセリ	エネルギー 746 kcal たんぱく質 31.1 g 脂質 22.9 g 食塩相当量 1.5 g	29	火	シルバー ツナ ベジタブルソース チーズ かつお節 大豆ミート 牛乳	精白米 オリーブ油 砂糖 ごま パター カロリー パン粉 油	にんにく パセリ キャベツ レモン 玉葱 コーン こまつな もやし にんじん しょうが 切干しいたけ	エネルギー 757 kcal たんぱく質 34.9 g 脂質 19.1 g 食塩相当量 1.6 g
15	火	シルバー みそ さつま揚げ 塩昆布 牛乳	精白米 油 砂糖 ごま こんにゃく ごま油 さつまいも	しょうが ブロッコリー ごぼう にんじん だいにんにん キャベツ きゅうり	エネルギー 769 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 19.6 g 食塩相当量 2.0 g	30	水	鶏肉 ミックスビーンズ チーズ ちりめんじゃこ かつお節 牛乳	精白米 はちみつ オリーブ油 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 ごま ごま油	にんにく オレガノ レモン もやし えだまめ にんじん パセリ キャベツ	エネルギー 823 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 30.5 g 食塩相当量 1.8 g
16	水	鶏肉 ひじき 牛乳	精白米 かたくり粉 油 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも パター	レモン キャベツ 青ピーマン ごまつな えのきたけ にんじん コーン パセリ さやいんげん	エネルギー 771 kcal たんぱく質 31.3 g 脂質 19.9 g 食塩相当量 2.1 g	31	木	豆腐 いか 焼き竹輪 フィンナー うすら卵 牛乳	精白米 油 砂糖 かたくり粉 ごま油	椎茸 赤ピーマン 玉葱 はくさい チンゲンツァイ しょうが もやし 青ピーマン 切干しいたけ じゃがいも にんじん ねぎ	エネルギー 794 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 29.1 g 食塩相当量 2.9 g

※材料の割合により献立を変更する場合があります。
 ※調味料については、記載していないものもあります。
 ※船舶除去などのアレルギー対応は行っていません。食物アレルギーがある方は、まちだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」を必ず確認してください。
 ※加工品(斜線で表示されているもの)については知りたい場合は、町田市教育委員会保健給食課までお問い合わせください。

栄養士のイチおし！献立

食秋の秋献立

10月7日(月) 提供予定!

ごはん
鯖の竜田揚げ
生揚げのきのこソースかけ
青野菜のごまみそ和え
さつまいものきんとん
牛乳

“食秋の秋”という言葉を知っていますか?
 秋に食欲が増す理由として
 ①暑さが和らぎ、夏に低下していた食欲が回復するため
 ②寒さが厳しい冬を乗り越えるために、体が本能的に栄養やエネルギーを蓄えようとするため
 ③秋に旬を迎える美味しい食材がたくさんあるため
 と言われています。
 この日は「旬を楽しむ!〜食秋の秋献立」と題し、秋に収穫を迎える米やさつまいも、秋に旬を迎える鯖やきのこ類、冬に向けて美味しくなる青野菜を使った給食を提供します。旬の食材を存分に味わいましょう!

体力アップ応援献立

10月21日(月) 提供予定!

ゆかりごはん
とり天
野菜のソテー
スパゲッティとひじきのごま和え
チーズ
牛乳

「体力アップ応援献立」では、成長期の体づくりに役立つ栄養素やスポーツをする時の体力アップに役立つ栄養素などを紹介しています。
 「とり天」に使われている鶏むね肉には、良質のたんぱく質が豊富に含まれています。たんぱく質は筋肉の修復に役立ちます。

たんぱく質を多く含む食品類
 肉類、魚介類、卵類、大豆・大豆製品、牛乳・乳製品

たんぱく質を摂る際は、いろいろな食品を組み合わせる事が大切です。単一の食品に偏ることがないように気を付けましょう。

今日は何の日?

10月2日(水) 豆腐の日

「と(10)ふ(2)」の語呂合わせにちなんでいます。豆腐は、良質なたんぱく質が豊富に含まれていて消化吸収が良い、日本の伝統的な健康食品です。

トマトの日

10月10日(木) トマトの日

「ト(10)マト(10)」の語呂合わせにちなんでいます。トマトの栄養価や美味しさをアピールし、トマトを使った料理の普及と人々の健康増進をはかる日とされています。

10月25日(金) 世界パスタデー

1995年のこの日にイタリアのローマで第1回世界パスタ会議が開催されたことを記念して、1998年に制定されました。この日には、世界各国でパスタの魅力を伝える様々なイベントが開催されるそうです。

≪10月の平均栄養価≫

エネルギー: 775 kcal	たんぱく質: 31.1 g
脂質: 22.9 g	食塩相当量: 2.2 g
カルシウム: 375mg	鉄分: 3.6 g

- 今月のリクエスト献立**
- 10月1日(火) 韓国風肉じゃが
 - 10月9日(水) ピピンバ
 - 10月10日(木) 鶏肉と大豆のトマト煮
 - 10月15日(火) 魚の西京焼き
 - 10月17日(木) いかのさらさ揚げ
 - 10月21日(月) とり天
 - 10月22日(火) 豚すき丼の具
 - 10月25日(金) スパゲティーナボリタン

町田市中学校給食予約システム 締切日一覧 (2024年度)

		8月				9月				10月				11月				12月			
食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	食べたい日	予約の締切日 (午後2時00分まで)	払込の締切日 (午後11時59分まで)	
1 木			1 日			1 火	9月19日	9月18日	1 金	10月23日	10月22日	1 日			1 日			1 日			
2 金		8月22日	2 月	8月22日	8月21日	2 水	9月20日	9月19日	2 土			2 月			2 月	11月21日	11月20日	2 月			
3 土		8月23日	3 火	8月23日	8月22日	3 木	9月24日	9月20日	3 日			3 日			3 火	11月22日	11月21日	3 日			
4 日		8月26日	4 水	8月26日	8月23日	4 金	9月25日	9月24日	4 月			4 月			4 水	11月25日	11月22日	4 日			
5 月		8月27日	5 木	8月27日	8月26日	5 土			5 火	10月24日	10月23日	5 木			5 木	11月26日	11月25日	5 月			
6 火		8月28日	6 金	8月28日	8月27日	6 日			6 水	10月25日	10月24日	6 金			6 金	11月27日	11月26日	6 日			
7 水			7 土			7 月	9月26日	9月25日	7 木	10月28日	10月25日	7 土			7 土						
8 木			8 日			8 火	9月27日	9月26日	8 金	10月29日	10月28日	8 日			8 日						
9 金		8月29日	9 月	8月29日	8月28日	9 水	9月30日	9月27日	9 土			9 月			9 月	11月28日	11月27日	9 日			
10 土		8月30日	10 火	8月30日	8月29日	10 木	10月1日	9月30日	10 日			10 日			10 火	11月29日	11月28日	10 月			
11 日		9月2日	11 水	9月2日	8月30日	11 金	10月2日	10月1日	11 月	10月30日	10月29日	11 水			11 水	12月2日	11月29日	11 日			
12 月		9月3日	12 木	9月3日	9月2日	12 土			12 火	10月31日	10月30日	12 木			12 木	12月3日	12月2日	12 月			
13 火		9月4日	13 金	9月4日	9月3日	13 日			13 水	11月1日	10月31日	13 金			13 金	12月4日	12月3日	13 日			
14 水			14 土			14 月			14 木	11月5日	11月1日	14 土			14 土						
15 木			15 日			15 火	10月3日	10月2日	15 金	11月6日	11月5日	15 日			15 日						
16 金			16 月			16 水	10月4日	10月3日	16 土			16 月			16 月	12月5日	12月4日	16 日			
17 土		9月5日	17 火	9月5日	9月4日	17 木	10月7日	10月4日	17 日			17 日			17 火	12月6日	12月5日	17 月			
18 日		9月6日	18 水	9月6日	9月5日	18 金	10月8日	10月7日	18 月	11月7日	11月6日	18 水			18 水	12月9日	12月6日	18 日			
19 月		9月9日	19 木	9月9日	9月6日	19 土			19 火	11月8日	11月7日	19 木			19 木	12月10日	12月9日	19 月			
20 火		9月10日	20 金	9月10日	9月9日	20 日			20 水	11月11日	11月8日	20 金			20 金	12月11日	12月10日	20 日			
21 水			21 土			21 月	10月9日	10月8日	21 火	11月12日	11月11日	21 土			21 土						
22 木			22 日			22 火	10月10日	10月9日	22 金	11月13日	11月12日	22 日			22 日						
23 金			23 月			23 水	10月11日	10月10日	23 土			23 月			23 月	12月12日	12月11日	23 日			
24 土		9月11日	24 火	9月11日	9月10日	24 木	10月15日	10月11日	24 日			24 日			24 火	12月13日	12月12日	24 月			
25 日		9月12日	25 水	9月12日	9月11日	25 金	10月16日	10月15日	25 月	11月14日	11月13日	25 水			25 水						
26 月	8月15日	9月13日	26 木	9月13日	9月12日	26 土			26 火	11月15日	11月14日	26 木			26 木						
27 火	8月16日	9月17日	27 金	9月17日	9月13日	27 日			27 水	11月18日	11月15日	27 金			27 金						
28 水	8月19日		28 土			28 月	10月17日	10月16日	28 火	11月19日	11月18日	28 土			28 土						
29 木	8月20日		29 日			29 火	10月18日	10月17日	29 水	11月20日	11月19日	29 日			29 日						
30 金	8月21日	9月18日	30 月	9月18日	9月17日	30 水	10月21日	10月18日	30 土			30 月			30 月						
31 土						31 木	10月22日	10月21日				31 火			31 火						

給食の提供は
ありません

給食の提供は
ありません

町田市立中学校長 様

町田市教育委員会

保健給食課長 林 啓

給食関係書類の送付について (Aブロック10月実施分)

2024年度10月実施分給食関係書類一式を下記のとおり送付いたします。

つきましては、ご多忙中大変恐縮ですが、給食だよりに記載されている給食実施日および実施回数をご確認のうえ、保護者の方へ配布をお願いいたします。行事で給食実施予定が変更となる場合は、お早めにご連絡ください。

なお、献立表はカラー印刷です。印刷したものを別途交換便で送付いたします。

記

1 献立表・主な食材一覧表

※別途交換便で送付いたします。

2 給食だより

※必ず、給食実施予定表の確認をしてください。実施予定の間違があると給食が正しく届きません。間違いがあった場合は、早急に保健給食課へ連絡してください。

※献立表・給食だよりは、全生徒へ配布をお願いいたします。

3 詳細献立表

※給食に使用されている食材全てを記載したものです。給食に使われている食材を確認したい時にご活用ください。

4 検食の記録

5 給食予約締切一覧

[連絡事項]

- ・ 原則として給食実施予定の変更は受け付けませんが、止むを得ず給食実施予定日を変更する場合は、給食を食べる月の前月15日までにご連絡をお願いします。
- ・ 10月分のマークシートの保健給食課への提出期限は、9月6日(金)です。
- ・ 給食だよりに「給食リクエスト券」をつけています。提出を希望される場合は配膳員へお渡しいただくようご案内お願いいたします。

- 給食関係の書類は、まちだ子育てサイトからもダウンロードできます。

【まちだ子育てサイト】

年齢からさがす>小・中学生>学校給食>中学校給食について

保健給食課

担当 宮田・清家・榊

電話:042-724-2177

FAX:050-3161-8681