

6月 中学校給食予定献立表

2026年度

町田忠生小山エリア中学校給食センター


※給食実施日は各学校によって異なるため、学校が発行している行事予定を必ずご確認ください。

日 (曜)	飲料	献立名		栄養量		
				I kcal	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
1 (月)	牛乳	☆スパゲッティ ミートソース	町田産キャベツの瀬戸内レモン和え ☆I(Eye)♥Loveブルーベリーヨーグル トcake	806	28.4	2.9
2 (火)	牛乳	ごはん	チョレギ風サラダ 青のりポテト	839	23.4	2.7
3 (水)	牛乳	ごはん	さばのピリ辛ソース キャベツともやしのゆかり和え むらくも汁	728	30.7	3.0
4 (木)	牛乳	押麦入りごはん	西湖豆腐(シーホードウフ) いかのかりん揚げ スタミナキャベツ	798	32.4	2.9
5 (金)	牛乳	黒米入りごはん	鶏肉の照り焼き カミカミきんぴら 豚ばら入り町田の恵みそ汁	739	29.2	3.2
8 (月)	牛乳	じゃこ枝豆のわ かめごはん	ますの西京焼き 町田産キャベツの梅肉和え けんちん汁	730	32.0	3.9
9 (火)	牛乳	キムチチャーハン	酸辣湯(サンラータン) ♥ウキウキ白玉ポンチ	765	23.1	3.2
10 (水)	牛乳	黒砂糖コッペン	ツナ入りオムレツ〜トマトソース〜 まち☆ベジフレランチサラダ サーモンチャウダー	788	30.5	3.9
11 (木)	牛乳	ごはん	さごしのみそ麹焼き キャベツとわかめの和え物 沢煮焼	729	30.5	2.9
12 (金)	牛乳	☆ビーンズキーマ カレーライス	青大豆とひじきのサラダ 柑橘(河内晩柑)	774	21.9	3.1
15 (月)	牛乳	メキシカンピラフ	かぼちゃと豆のサラダ ABCパスタスープ 町田産花ゆずゼリー	730	18.8	3.8

日 (曜)	飲料	献立名		栄養量		
				I kcal	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
16 (火)	牛乳	ごはん	厚揚げの回鍋肉風 もやしの中華和え 柑橘(美生柑)	790	28.4	2.4
17 (水)	牛乳	カーリクライス	グリルチキンのバジル風味 彩り野菜のマリネ まち☆ベジトマトスープ	777	28.4	3.3
18 (木)	牛乳	シナモントースト	ボー・ビーンズ キャベツとコーンのサラダ	809	31.8	3.7
19 (金)	牛乳	ごはん	あじの南蛮漬け キャベツときゅうりのみそ和え わかめ入りかきたま汁	783	32.7	3.1
22 (月)	牛乳	玄米入りごはん	豆腐の中華煮 いりこの甘辛和え 大根ときゅうりの華風漬け	748	34.8	2.9
23 (火)	牛乳	塩焼きそば	ごまだれポテト キラキラあじさいゼリーポンチ	734	18.3	2.2
24 (水)	牛乳	シシジュシー	グルクンの唐揚げ ゴーヤ入りツナサラダ 美ら海すまし汁	749	31.6	3.6
25 (木)	牛乳	菜めし	千草焼き 栄養満点サラダ 野菜と生揚げのすりごまみそ汁	762	28.4	3.9
26 (金)	牛乳	きび入りごはん	☆油麩入り肉じゃが ししゃものさざれ焼き おかか和え	745	28.2	2.9
29 (月)	牛乳	ターメリックライス クリームソースがけ	シャキシャキポテトサラダ ☆小玉すいか	761	20.5	3.0
30 (火)	牛乳	ゆかりごはん	ホキフライ まち☆ベジの即席漬け 大根となめこのみそ汁	756	28.9	3.8


※食材の入荷状況等により、献立を変更する場合があります。
※献立の詳細や給食で使用する調味料加工品については、「まちだ子育てサイト」に掲載しております。2ページ目の二次元コードからアクセスの上ご確認ください。

今月使用する 地場農産物
 じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ・
 きゅうり・白菜キムチ・花ゆずゼリー



みんなのリクエストが給食に!! 「♥マーク」のメニューが給食に登場します
 昨年度実施した「中学校全員給食利用者満足度調査」では、たくさんのリクエストをありがとうございました。皆さんの声を形にするため、リクエストの多かった上位30位までの人気料理のうち提供可能なものを、今年度の給食メニューとして順次お届けします!
 料理名の横に「♥(はな)」がついているものが、皆さんから選ばれた人気メニューです。

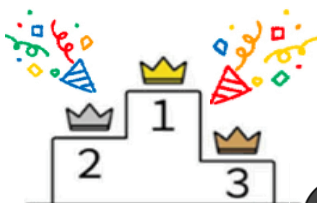
おいしく食べてSDGs!
4月の食缶ピカピカチャンピオンシップ inまちだセンター



給食センターでは、毎日みなさんの学校から戻ってきた食缶の重さを量り、料理ごとに「どれくらい食べてもらえたか」を調べています。これは、みなさんの「好みの味」を知ったり、「提供量が多すぎて無理をしていないか、逆に足りないことはないか」等を確認し、より美味しい給食を作り、成長期に必要な栄養をしっかりと摂りつつ、無理なく食べられるちょうどよい量を見極める大切なデータになります。今回は、4月の残さい(食べ残し)が少なかった上位の学校をランキング形式で発表します!

2026年度 4月 食缶ピカピカランキング (学校別)		平均残量
👑1位	町田第二中学校	1.2kg
👑2位	山崎中学校	1.5kg
👑3位	小山中学校	1.6kg

生産者の方が一生懸命育てた食材を無駄にせず、調理員さんが心を込めて作った給食をたくさん食べてくれてありがとうございます。



がんばって集計しました。結果をぜひ、ご覧ください!

裏面につづきます→

2026年度 4月 食缶ピカピカランキング (クラス別)		平均残量
 1位	小山中学校【3-E】	0.27kg
 2位	木曾中学校【3-2】	0.35kg
 3位	町田第二中学校【1-A】	0.36kg

4月 食缶ピカピカ大賞! (グランプリ)



小山中学校 3年E組
(平均残量 0.27kg)



上位に入った学校、学級のみなさん!おめでとうございます。
給食は、みなさんの身体が健やかに成長するために必要な栄養を計算して作っています。食缶の中の残りが少ないということは、その「栄養」がしっかり体に取り入れられた証拠です。
これからも、元気な体👊を作るためにモリモリ食べてくださいね。
この『ピカピカ』の輪がもっと広がって、地球🌍にやさしい給食の時間になることを願っています。



※献立の詳細や給食で使用する調味料加工品については「まちだ子育てサイト」に掲載しております。
下記のリンクまたは下の二次元コードからアクセスの上ご確認ください。

<https://kosodate-machida.tokyo.jp/soshiki/5/4/chuugakkou-kyuushoku/juniorhighschool-menu.html>

