

5月 中学校給食予定献立表

2025年度

町田忠生小山エリア中学校給食センター

日 (曜)	飲料	献立名		栄養量		
				1食分* (kcal)	蛋白質 (g)	塩分 (g)
1 (木)	牛乳	山菜ご飯	ホキの新茶揚げ しそ風味磯香和え すりごまのみそ汁	774	31.2	4.4
2 (金)	牛乳	いろいろなお豆と お米のピラフ	リヨネーズポテト ミネストローネ 柑橘 (美生柑)	777	22.9	4.0
7 (水)	牛乳	ぶどうパン	スパイシーチキン コールスローサラダ 米粉のポタージュ	871	34.0	4.2
8 (木)	牛乳	わかめ入り グリーンピースご飯	初鰯のごまみそがらめ 即席漬け 端午の節句汁	721	31.8	4.0
9 (金)	牛乳	ご飯	塩肉じゃが 大豆のみそがらめ からし和え	788	23.8	2.6
12 (月)	牛乳	海鮮あんかけ 焼きそば	お好みポテト フルーツ白玉ボンチ	836	23.8	4.2
13 (火)	牛乳	バターライス	ひよこ豆カレー炒め コーンフレークサラダ にんにくスープ	816	26.9	3.5
14 (水)	牛乳	中華風混ぜご飯	ツナ入り厚焼きたまご 野菜とじゃこのサラダ じゃがいものすり流し汁	790	29.9	3.7
15 (木)	牛乳	彩りひじきご飯	生揚げの肉みそだれ 切干し大根のごま酢和え 沢煮焼	808	32.8	4.6
16 (金)	牛乳	きびご飯	タットリタン ナムル 柑橘 (はるか)	766	24.4	2.1

日 (曜)	飲料	献立名		栄養量		
				1食分* (kcal)	蛋白質 (g)	塩分 (g)
19 (月)	牛乳	ご飯	さばの柚庵焼き 6品目サラダ にら入りかきたま汁	782	32.8	3.9
20 (火)	牛乳	ガバオライス	ビーフンスープ 柑橘 (美生柑)	784	26.4	3.1
21 (水)	牛乳	きなご揚げパン	うずら卵のターメリック煮 青大豆とわかめのマリネ ABCマカロニ入りトマトスープ	762	31.6	4.2
22 (木)	牛乳	キムたくご飯	焼きししゃも 春雨サラダ ワナンスープ	768	27.7	4.3
23 (金)	牛乳	カレーピラフ	マセドアンサラダ コーンポタージュ	855	24.5	3.5
26 (月)	牛乳	ご飯	千草焼き 五目炒め 豆腐とわかめの味噌汁 ふりかけ	771	29.2	3.8
27 (火)	牛乳	豚すき丼	おかか和え 呉汁	811	28.2	3.4
28 (水)	牛乳	スパゲティ ツナトマトソース	キャベツのハニーサラダ チョコチップ入り抹茶ケーキ	892	30.4	3.2
29 (木)	牛乳	ゆかりご飯	あじフライ キャベツのまち柚子和え 豆乳仕立てのまろやか味噌汁	829	30.3	3.4
30 (金)	牛乳	麦ご飯	豆腐の中華煮 ニラもやし炒め 柑橘 (美生柑)	764	30.7	3.2

※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。
 ※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ご確認ください。
 ※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。

「安全安心」な給食を皆さんのもとへ届けます！

安全な学校給食を皆さんに安心して食べてもらえるように、「学校給食衛生管理基準」に則り、調理をしています。

給食の大量調理では、**温度管理**がとても重要です！

家庭での食事や外食では、生で食べることの多いサラダや和え物等に使用する野菜も、**全て加熱**して冷やしてから提供しています。



下処理後、流水で**3回丁寧**に洗った野菜を、固いものから順に釜に入れ、茹でます。



細菌やウイルスによる食中毒を防止するため、和え物等に使用する野菜も必ず**中心温度が85度以上**あることを確認します。



茹でた野菜を真空冷却機に入れ、約**15分で10度以下**に冷やします。



この機械が「真空冷却機」といって、短時間で冷やすことができる優れた機械です！



和え物等で使用する野菜のほか、出来上がった料理は全て、**中心温度が85度以上**あることを確認しているんですよ。また、**温度を計測した時間も必ず記録**しています。



4月18日(金)の給食



こうして、国産レモンの風味がよく効いたさっぱりと美味しい「**野菜のレモン和え**」が出来上がりました！

※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>

