

5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		
				1食分 (kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
1 (金)	牛乳	中華丼	お好みポテト 柑橘 (美生柑)	864	26.6	2.5
7 (木)	牛乳	ごはん	鶏肉の抹茶塩こうじ焼き 切干し大根のごま酢和え 春キャベツと生揚げのみそ汁 のりつくだ煮	765	31.1	3.3
8 (金)	牛乳	藤の花ごはん	さばの香味みそ焼き 春キャベツと小松菜のからし和え 沢煮焼	739	31.9	3.1
11 (月)	牛乳	ごはん	★塩肉じゃが ちくわのかば焼き風 大根と春キャベツのゆかり和え	859	27.1	3.5
12 (火)	牛乳	小松菜ピラフ	タンドリーフィッシュ ★ABCパスタスープ 柑橘 (はるか)	731	29.9	3.4
13 (水)	牛乳	旬味献立 わかめ入りグリーン ピースごはん	初がつおのあずま煮 春キャベツと大根の即席づけ 端午の節句汁	732	33.4	3.8
14 (木)	牛乳	★スパゲッティ ツナトマトソース	大根のマリネ ★チーズ入り新緑ケーキ	866	29.8	3.4
15 (金)	牛乳	豚肉のスタミナ 炒め丼	みそドレッシングサラダ いり大豆とじゃこの青のりがらめ	755	25.5	1.8
18 (月)	牛乳	麦ごはん	厚揚げの許豚風 ニラもやし炒め 甘夏と桃の杏仁豆腐	880	23.1	1.8

日 (曜)	飲料	献立名		栄養量		
				1食分 (kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
19 (火)	牛乳	旬菜献立 山菜ごはん	さばのごまみそ焼き 春キャベツのさわやかレモン風味 にら入りかきたま汁	748	32.6	3.9
20 (水)	牛乳	ミルクパン	グリーンチキンの ガーリックマトソースがけ グリーンサラダ お豆のチャウダー	806	35.0	3.9
21 (木)	牛乳	きび入りごはん	ピリ辛麻婆豆腐 いりごとクラッシュ大豆の甘辛和え 春採りわかめのサラダ	745	31.1	3.5
22 (金)	牛乳	ハヤシライス	細切りポテトサラダ 柑橘 (はるか)	738	21.5	2.3
25 (月)	牛乳	★ソース焼きそば	スパイシー風味揚げじゃが ナタデココ入りアロエりんごヨーグルト	733	19.4	3.2
26 (火)	牛乳	ごはん	肉豆腐 まわかめサラダ 柑橘 (美生柑)	785	26.6	3.4
27 (水)	牛乳	★キムたくごはん	焼きししゃも 小松菜と春雨のナムル フンタンスープ	740	26.3	3.9
28 (木)	牛乳	バターライス	ひよこ豆のカレー炒め コーンフレークのサラダ じゃがいもとたまごのガーリックスープ	815	26.3	3.4
29 (金)	牛乳	玄米入りごはん	ミナミカゴカマスの甘辛竜田揚げ もやしとキャベツのごま和え みそけんちん汁	805	28.8	3.0

「今月使用する地場農産物」
白菜キムチ・大根漬け・大根



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。

またただセンター栄養士に新しい仲間が加わりました!
フレッシュな栄養士さんを紹介します。



出身地は?	神奈川県相模原市
自分が学生時代に好きだった給食のメニューは?	きなご揚げパン、洋風かきたま汁、UFOぎょうざ、わかめごはん
栄養士になりたいと思ったきっかけは?	小学生のときから給食はもちろん、おいしいごはんをみんなで食べることが大好きでした。食べるのが元気に過ごすためには欠かせないと気が付いたとき、食事の大切さや楽しさを多く伝えられる人になりたいという思いが生まれました。
みなさんにひとこと	みなさん、はじめまして!今年度よりまたただセンターで栄養士として勤務します。みなさんにとって給食の時間が楽しい時間になるよう安全・安心でおいしい給食をお届けしていきたいと思っております。 チームまたただの一員として精一杯頑張ります。 よろしくお願いいたします。

皆さんの『おいしかった!』という言葉や笑顔が私たちの原動力です。4人の個性を活かし、これまで以上にパワーアップしたチームワークで、毎日の給食時間を最高のものにして、できる限り安全・安心で、こころのこもった給食を全力でお届けします。



またただセンター栄養士

※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>

