

令和8年度第1回小平市献立作成委員会次第

令和8年5月28日(木)午後3時30分～  
小平市立学校給食センター会議室

1 委員長挨拶

2 報告事項等

- (1) 学校給食センターについて
- (2) 給食に対する生徒からの意見(紹介)

3 協議事項

- (1) 令和8年度 第2学期分 献立について

① 9月分

② 10月分

③ 11月分

④ 12月分

4 その他

- (1) 4月以降の生徒の給食喫食状況について(各委員より)
- (2) 給食当番の健康チェックについて【参考資料1】
- (3) 小平産梨ゼリーラベルデザインの生徒募集について【参考資料2】
- (4) 次回以降の開催日程(予定)

2学期 10月30日(金) 15時30分～

3学期 2月 1日(月) 15時30分～

# 令和8年 9月分 予定献立表

Aコース(小平第二中学校、小平第四中学校、小平第五中学校、上水中学校)

Bコース(小平第一中学校、小平第三中学校、小平第六中学校、花小金井南中学校)

番号	Aコース	Bコース	献立名	飲食物	主な材料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
1	2	3	根菜のドライカレー (ごはん・具) ベイクドポテト ぶどう	牛乳	豚肉,大豆 ミート, ベーコン	牛乳	にんじん	にんにく,しょうが,セ ロリー,マッシュルー ム,ごぼう,れんこん, たまねぎ,ぶどう	米,三温糖, じゃがいも	油,オリーブ油	783	29.3
2	3	2	ひじきごはん 夏野菜の豚汁 鮭のもみじ焼き 辛子和え	牛乳	油揚げ,大 豆,豚肉,豆 腐,みそ,さ け	ひじき,牛 乳	にんじん, オクラ,か ぼちゃ,ほ うれんそう	なす,とうもろこし,だ いこん,長ねぎ,白菜, もやし	米,三温糖	油,ごま油,ノ ンエッグマヨ ネーズ	726	33.5
3	4	7	ジャージャー麺 (めん・具) 五目スープ 梨	牛乳	鶏肉,豆腐, 豚肉,大豆, 八丁みそ	牛乳	にんじん, こまつな	たまねぎ,にんにく, しょうが,たけのこ,し いたけ,梨	中華めん,三 温糖,片栗粉	ごま油	707	35.4
4	7	4	五穀ごはん 大根のすまし汁 揚げ豆腐のピリ辛味噌かけ 千草おひたし	牛乳	豚肉,豆腐, みそ,油揚 げ	牛乳,わか め	にんじん, ほうれんそ う,こまつ な	だいこん,えのきたけ, 長ねぎ,しいたけ	米,雑穀米,片 栗粉,三温糖, こんにゃく	油,ごま	837	33.5
5	8	9	油麩の卵とじ丼 (ごはん・具) けんちん汁 わかめサラダ	牛乳	豆腐,豆乳, 鶏肉,卵	牛乳,わか め	にんじん, みつば	ごぼう,だいこん,長ね ぎ,たまねぎ,きゅうり	米,こんにゃ く,さといも, 油麩,三温糖	ごま油,油	758	30.2
6	9	8	吹き寄せ果ごはん じゃが芋の味噌汁 ししゃも焼き 菊入りおひたし	牛乳	鶏肉,油揚 げ,豆腐,み そ	牛乳,わか め,ししゃ も	にんじん, こまつな	たまねぎ,長ねぎ,キャ ベツ,冷凍菊花	米,三温糖, じゃがいも	油,栗	644	29.4
7	10	11	担々うどん (めん・つけ汁) いかのスタミナ焼き 冷凍みかん	牛乳	豚肉,大豆, かつお節 粉,みそ,い か	牛乳	にんじん, にら	しょうが,にんにく,も やし,とうもろこし,白 菜,長ねぎ,冷凍みかん	うどん,三温 糖	油,ごま,ごま 油	729	37.4
8	11	10	丸パン ジュリエンスープ 肉じゃがコロッケ ごぼうサラダ	牛乳	鶏肉,豚肉	牛乳	にんじん, 赤パプリカ	たまねぎ,キャベツ,ご ぼう,とうもろこし	丸パン,しら たき,三温糖, じゃがいも, 薄力粉,パン 粉	油	721	27.5
9	14	15	ベーコンピラフ チキンのトマト煮 ピーンズサラダ	牛乳	ベーコン, 鶏肉,ひよ こまめ,大 豆	牛乳	ピーマン, 赤パプリ カ,にんじ ん,トマト	たまねぎ,しょうが,に んにく,マッシュルー ム,えだまめ,とうもろ こし,キャベツ	米,じゃがい も,米粉,三温 糖	油,オリーブ油	683	32.5
10	15	14	ごはん 小平めざまし味噌汁 鰹のコロコロ揚げ ★ゴーヤチャンプルー (五中生徒作品)	牛乳	油揚げ,か まぼこ,か つお節,み そ,かつお, 豚肉,豆腐, 卵	牛乳,わか め	にんじん, こまつな	ごぼう,とうがん,たま ねぎ,えのきたけ,長ね ぎ,にんにく,ゴーヤ	米,じゃがい も,米粉,片栗 粉,三温糖	ごま,油	784	38.9
11	16	17	ビスキュイパン ピーンズシチュー フレンチツナサラダ	牛乳	豚肉,大豆, ツナ	牛乳	にんじん, トマト	しょうが,にんにく,エ リンギ,たまねぎ,キャ ベツ,きゅうり	ミルクパン, 薄力粉,上白 糖,グラ ニュー糖, じゃがいも, 三温糖	バター,油	702	27.6
12	17	16	しよいめし うち豆汁 わかさぎのかりんと揚げ 小松菜の香味和え	牛乳	鶏肉,油揚 げ,豆腐,う ち豆,みそ	牛乳,わか さぎ	にんじん, こまつな	しいたけ,ごぼう,か ぶ,長ねぎ,しょうが, 黄パプリカ,きゅうり, にんにく	米,さといも, 片栗粉,黒砂 糖,三温糖	油,ごま	718	30.2
13	18	24	ごはん お月見汁 さわらの野菜あんかけ お月見団子	牛乳	鶏肉,かま ぼこ,さわ ら,豆腐	牛乳	にんじん, こまつな, だいこん葉	だいこん,たまねぎ, しょうが,長ねぎ,えの きたけ	米,片栗粉,三 温糖,上新粉, 白玉粉,上白 糖	油	819	31.2
14	24	18	中華丼 (ごはん・具) もずくと冬瓜のスープ 大根のごまキムチ和え	牛乳	豆腐,豚肉, うずら卵, えび,ほた て	牛乳,もず く	こまつな, にんじん, チンゲンサ イ	しょうが,長ねぎ,えの きたけ,とうがん,にん にく,たけのこ,たまね ぎ,だいこん,きゅう り,白菜キムチ	米,片栗粉	ごま油,油,ご ま	684	24.8
15	25	28	こまつなマヨトースト コーンスープ コロコロポテトサラダ	牛乳	ツナ,ベー コン	牛乳,生ク リーム	こまつな, にんじん	たまねぎ,とうもろこ し,キャベツ,レモン果 汁	無塩食パン, 片栗粉,じゃ がいも,三温 糖	ノンエッグマ ヨネーズ,油	734	30.0

番号	A コース	B コース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
16	28 月	25 金	ごはん 沢煮椀 ★鯖の竜田揚げ(五中生徒作品) 野菜のおかか和え	牛乳	豚肉, さば, かつお節	牛乳	にんじん, こまつな	しょうが, だいこん, ごぼう, たけのこ, しいたけ, 長ねぎ, もやし	米, 上新粉, 片栗粉	油	742	31.6
17	29 火	30 水	ごはん 豆乳の白湯スープ 回鍋肉 白菜ナムル	牛乳	鶏肉, 豆腐, 豆乳, 豚肉	牛乳	にんじん, こまつな, 赤パプリカ, ピーマン	にんにく, しょうが, たまねぎ, 長ねぎ, キャベツ, 白菜, きゅうり, もやし	米, 三温糖, 片栗粉	油, ごま油, ごま	686	27.4
18	30 水	29 火	ミートソーススパゲティ (めん・ソース) 大葉とチーズのササミフライ りんご	牛乳	豚肉, 大豆, 鶏肉	牛乳, チーズ	にんじん, トマト, しそ	たまねぎ, マッシュルーム, しょうが, にんにく, セロリー, りんご	スパゲティ, 三温糖, 薄力粉, パン粉	油	802	42.1
※都合により献立内容が変更になる場合があります。										平均	737	31.8

# 令和8年10月分予定献立表

Aコース(第二中学校、第四中学校、第五中学校、上水中学校)  
Bコース(第一中学校、第三中学校、第六中学校、花小金井南中学校)

番号	Aコース	Bコース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
1	木	木	柳川風めし ちゃんこ鍋 小松菜のおひたし	東京牛乳	豚肉, 鶏肉, 油揚げ, 生揚げ, かつお節	東京牛乳	にんじん, にら, こまつな	しょうが, ごぼう, たまねぎ, 長ねぎ, にんにく, キャベツ, もやし, 白菜	米, しらたき, 三温糖	油, ごま油	686	28.8
2	金	月	麻婆あんかけ焼きそば(めん・具) きびなごの唐揚げ きゅうりともやしの中華和え	牛乳	豚肉, 大豆, 豆腐, みそ	牛乳, きびなご	にんじん, こまつな	にんにく, しょうが, 長ねぎ, きゅうり, もやし	中華めん, 三温糖, 片栗粉, 薄力粉	ごま油, 油	761	40.8
3	月	金	ごはん 丸ごとわかめスープ 厚揚げと豚肉のねぎ塩炒め 柿 たまご味噌	牛乳	ベーコン, 豚肉, 生揚げ, かつお節, 卵, みそ	牛乳, わかめ, 茎わかめ, めかぶ	にんじん, にら	たけのこ, たまねぎ, 長ねぎ, しょうが, にんにく, もやし, 柿	米, 片栗粉, はるさめ, 三温糖	ごま油	752	31.4
4	火	水	秋の香りごはん さつまいものすまし汁 秋刀魚の塩焼き 白菜の塩昆布和え	牛乳	鶏肉, 油揚げ, 豚肉, さんま	牛乳, 塩昆布	にんじん, こまつな	まいたけ, しょうが, 長ねぎ, 白菜, きゅうり	米, さといも, 三温糖, さつまいも	油, ごま油, ごま	719	28.9
5	水	火	ごはん 豆乳担々スープ 春巻き 五目きんぴら	牛乳	豚肉, 大豆, 豆乳, さつま揚げ	牛乳	にんじん, チンゲンサイ, さやいんげん	にんにく, 白菜, しょうが, たけのこ, しいたけ, ごぼう	米, 三温糖, はるさめ, 春巻きの皮, 薄力粉, じゃがいも	ごま油, ごま, 油	771	25.9
6	木	金	食パン ミネストローネ ししゃもの香草パン粉焼き カラフルサラダ ブルーベリージャム	コーヒル	ベーコン, ひよこまめ	ミルクコーヒル, ししゃも	にんじん, トマト	にんにく, たまねぎ, キャベツ, とうもろこし, えだまめ, ブルーベリー, レモン果汁	食パン, じゃがいも, パン粉, 三温糖, 上白糖	油, ノンエッグマヨネーズ, オリーブ油	697	32.9
7	金	木	スタミナ丼(ごはん・具) 青梗菜と豆腐のスープ ビーフンソテー	牛乳	豚肉, かまぼこ, 豆腐, 鶏肉	牛乳	にんじん, 赤パプリカ, ピーマン, チンゲンサイ, こまつな	しょうが, にんにく, 長ねぎ, たまねぎ, キャベツ, 白菜キムチ, えのきたけ, きくらげ	米, 三温糖, 片栗粉, ビーフン	油, ごま油	760	33.5
8	火	水	こぎつねごはん なめこの赤味噌汁 鱈のピリ辛焼き 海藻サラダ	牛乳	油揚げ, 豆腐, みそ, あじ	牛乳, わかめ, 海藻ミックス	にんじん	なめこ, 長ねぎ, しょうが, キャベツ, とうもろこし, たまねぎ	米, 三温糖	油, ごま, ごま油	740	35.3
9	水	火	肉わかめうどん(めん・つけ汁) いかのさらさ揚げ 大豆もやしの和え物	牛乳	豚肉, 油揚げ, いか	牛乳, わかめ	こまつな, チンゲンサイ, にんじん	しょうが, たまねぎ, しいたけ, 長ねぎ, 大豆もやし	うどん, 片栗粉	油	781	33.6
10	木	金	照り焼きチキントースト ★彩り秋野菜と鮭のミルク チャウダー(一中生徒作品) さっぱりフレンチサラダ	牛乳	鶏肉, ベーコン, ほうたて, さけ, 大豆	チーズ, 牛乳, 生クリーム	にんじん, かぼちゃ, ほうれんそう, プロッコリー	たまねぎ, しょうが, キャベツ, しめじ, とうもろこし, レモン果汁	食パン, 三温糖, 片栗粉, 薄力粉	油, バター	698	39.1
11	金	木	ごはん 大根と油揚げの味噌汁 鱈の胡麻ケチャップソースかけ ひじきのサラダ エコふりかけ	牛乳	油揚げ, みそ, かつお節, さわら	牛乳, わかめ, 昆布, ひじき, じゃこ	にんじん	だいこん, たまねぎ, 長ねぎ, しょうが, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, レモン果汁	米, 片栗粉, 上白糖, 三温糖	油, ごま	805	34.6
12	月	火	ごはん 芋煮 鯖の味噌焼き 枝豆のサラダ	牛乳	豚肉, 油揚げ, さば, みそ, 大豆	牛乳	にんじん	しめじ, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, きゅうり, とうもろこし, えだまめ	米, さといも, こんにゃく, 三温糖	油, ノンエッグマヨネーズ, ごま	823	36.1
13	火	月	わかめごはん むら雲汁 鮭の紅葉揚げ かぼちゃとツナのサラダ チキンとレンズ豆のカレー	牛乳	豆腐, 卵, さけ, ツナ	わかめ, 牛乳	にんじん, こまつな, かぼちゃ	たまねぎ, えだまめ	米, 片栗粉	ごま油, ノンエッグマヨネーズ	819	32.9
14	水	木	オニドレサラダ ★さつまいものパウンドケーキ(一中生徒作品)	牛乳	鶏肉, レンズまめ	牛乳, 生クリーム	トマト, にんじん	にんにく, しょうが, たまねぎ, キャベツ, きゅうり, とうもろこし	米, 三温糖, 米粉, ケーキミックス粉, さつまいもペースト	油, ごま, バター	821	25.6

番号	A コース	B コース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
15	22 木	21 水	ビビンバ (ごはん・肉炒め・ナムル) 春雨スープ	牛乳	豚肉, 鶏肉	牛乳	ほうれんそう, にんじん, にら	しょうが, にんにく, 長ねぎ, 切干大根, もやし, しいたけ, 白菜	米, 三温糖, はるさめ	油, ごま油, ごま	750	32.6
16	23 金	26 月	栗おこわ 小松菜と豆腐のすまし汁 赤魚の甘だれかけ 青大豆と野菜の香味和え	牛乳	豆腐, かまぼこ, 赤魚, 青大豆	牛乳	こまつな, にんじん	長ねぎ, しょうが, きゅうり, キャベツ	米, もち米, さつまいも, 片栗粉, 三温糖	栗, 油, ごま油	730	29.1
17	26 月	23 金	鶏肉ときのこスパゲティ ポテウインナーのチーズ焼き 彩りマスタードサラダ	牛乳	鶏肉, ウインナー	牛乳, チーズ	ピーマン, にんじん, かぼちゃ	しょうが, にんにく, たまねぎ, えのきたけ, マッシュルーム, しめじ, エリンギ, えだまめ, ごぼう, 黄パプリカ	スパゲティ, じゃがいも	油, ノンエッグマヨネーズ	691	31.0
18	27 火	28 水	キムチチャーハン ふんわり卵の中華スープ チャプチェ りんご	牛乳	豚肉, 卵, 豆腐	牛乳	にんじん, チンゲンサイ	にんにく, しょうが, 白菜キムチ, 長ねぎ, とうもろこし, たけのこ, きゅうり, りんご	米, はるさめ, 三温糖	ごま油, 油, ごま	700	26.3
19	28 水	27 火	ごはん 吉野汁 照り焼きソースハンバーグ 和風ポテト	牛乳	鶏肉, 油揚げ, 豚肉, 豆腐, かつお節	牛乳, じゃこ	にんじん, こまつな, さやいんげん	長ねぎ, たまねぎ	米, こんにゃく, 片栗粉, パン粉, 三温糖, じゃがいも	油	787	37.2
20	29 木	30 金	パンプキントースト スナフキンの豆スープ ペルナサラッティ	牛乳	ベーコン	チーズ, 生クリーム, 牛乳	かぼちゃ, にんじん	レモン果汁, にんにく, たまねぎ, えだまめ, きゅうり	食パン, 三温糖, じゃがいも	バター, ごま油, ノンエッグマヨネーズ	706	25.6
21	30 金	29 木	ごはん かぼちゃの味噌汁 豆腐南蛮 ごま和え	牛乳	ベーコン, みそ, 豆腐	牛乳	かぼちゃ, こまつな, にんじん	たまねぎ, レモン果汁, キャベツ	米, 片栗粉, 三温糖	油, ノンエッグマヨネーズ, ごま	821	31.0
※都合により献立内容が変更になる場合があります。										平均	753	32.0

# 令和8年11月分予定献立表

Aコース(第二中学校、第四中学校、第五中学校、上水中学校)  
Bコース(第一中学校、第三中学校、第六中学校、花小金井南中学校)

番号	Aコース	Bコース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
1	2月	2月	ハヤシライス(ごはん・ルー) 海藻サラダ みかん	牛乳 豚肉	豚肉	牛乳、海藻 ミックス	にんじん、 トマト	しょうが、にんにく、たまねぎ、エリンギ、マッシュルーム、キャベツ、とうもろこし、みかん	米、薄力粉、三温糖	油、ごま油	717	22.6
2	4水	5木	じゃごごはん じゃが芋と小松菜の味噌汁 鯡の塩麹焼き 人参の金平	牛乳	生揚げ、みそ、ぶり	じゃこ、牛乳	だいこん 葉、にんじん、こまつな、さやいんげん	えのきたけ、長ねぎ、ごぼう	米、じゃがいも、こんにゃく、三温糖	ごま油、ごま	752	34.4
3	5木	4水	ごはん 根菜汁 豚肉のレモン醤油 かみかみサラダ	牛乳	油揚げ、みそ、豚肉、大豆、するめいか	牛乳	にんじん	ごぼう、だいこん、れんこん、長ねぎ、レモン果汁、キャベツ、きゅうり、たまねぎ	米、さつまいも、さといも、片栗粉、三温糖	油、ごま油	849	33.8
4	6金	9月	きのこのガーリックライス ジュリエンスープ 鯡のトマトソースかけ	牛乳	ベーコン、あじ	牛乳	にんじん	にんにく、とうもろこし、マッシュルーム、エリンギ、しめじ、たまねぎ、キャベツ	米、マカロニ、米粉	油、オリーブ油	673	29.7
5	9月	6金	セサミトースト かぶとうち豆のクリーム煮 コールスローサラダ	牛乳	鶏肉、うち豆	牛乳、生クリーム	にんじん	にんにく、たまねぎ、かぶ、白菜、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、レモン果汁	食パン、三温糖、薄力粉	バター、ごま油、ノンエッグマヨネーズ	740	28.2
6	10火	11水	カレーうどん(めん・つけ汁) いかの天ぷら 高野豆腐の卵とじ	牛乳	豚肉、油揚げ、なると、いか、卵、凍り豆腐	牛乳	にんじん、こまつな、にら	たまねぎ、長ねぎ、もやし	うどん、三温糖、片栗粉、薄力粉、上新粉	油	777	37.2
7	11水	10火	ごはん 豆もやしのスープ 鯖の変わりみそ焼き さつま揚げのナムル	牛乳	豚肉、豆腐、さわら、みそ、さつま揚げ	牛乳、わかめ	にんじん、チンゲンサイ	しょうが、にんにく、大豆もやし、白菜、長ねぎ、しいたけ、もやし	米、三温糖	ごま油、ごま	719	35.1
8	12木	13金	五穀ごはん さつま汁 豆あじの南蛮漬け 切干大根のツナマヨサラダ	牛乳	鶏肉、生揚げ、みそ、ツナ	牛乳、豆あじ	にんじん	ごぼう、長ねぎ、しょうが、切干大根、キャベツ、きゅうり	米、雑穀米、さつまいも、こんにゃく、片栗粉、三温糖	油、ごま油、ノンエッグマヨネーズ、ごま	806	32.4
9	13金	12木	ごはん 白菜スープ 中華風卵焼き 春雨サラダ 小平梨ゼリー	牛乳	豚肉、なると、卵、豆腐	牛乳	にんじん、にら	しょうが、白菜、たけのこ、きくらげ、長ねぎ、しいたけ、きゅうり、もやし	米、三温糖、片栗粉、はるさめ、小平梨ゼリー	油、ごま油	749	27.1
10	16月	17火	キムタクごはん ビーフンスープ ししゃものピリ辛ソース パリパリ中華サラダ	牛乳	豚肉	牛乳、ししゃも	にんじん、チンゲンサイ、こまつな	たくあん漬け、白菜キムチ、長ねぎ、しょうが、白菜、たけのこ、もやし、たまねぎ、きゅうり	米、ビーフン、片栗粉、三温糖、ワントン皮	ごま油、ごま、油	739	32.1
11	17火	16月	プルコギトースト 卵入りトックスープ さつま芋のサラダ	牛乳	豚肉、鶏肉、卵	チーズ、牛乳、わかめ	にんじん、にら	にんにく、しょうが、たまねぎ、白菜、長ねぎ、しいたけ、キャベツ、とうもろこし	無塩食パン、三温糖、片栗粉、トック、さつまいも	油、ごま、ごま油、ノンエッグマヨネーズ	675	32.2
12	18水	19木	ごま味噌つけ麺(めん・つけ汁) 五日野菜炒め りんご	牛乳	豚肉、大豆、みそ、生揚げ	牛乳、煮干し粉	にんじん	しょうが、にんにく、もやし、とうもろこし、長ねぎ、キャベツ、たけのこ、きくらげ、りんご	中華めん、三温糖、片栗粉	油、ごま、ごま油	769	37.0
13	19木	18水	もぶりごはん 具だくさん味噌汁 ワニのフライ こんにゃくサラダ	牛乳	ちくわ、油揚げ、だいち、生揚げ、みそ、さめ	じゃこ、牛乳	にんじん、さやいんげん	ごぼう、しいたけ、だいこん、えのきたけ、長ねぎ、にんにく、キャベツ、きゅうり	米、三温糖、じゃがいも、こんにゃく、薄力粉、パン粉	油	826	36.9

番号	A コース	B コース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
14	20 金	24 火	とふのこそぼろ丼 (ごはん・具) 僧兵汁 青菜と大根のごま風味	牛乳	豚肉, とうふ, 油揚げ, みそ	牛乳	にんじん, だいこん葉, こまつな	しょうが, たまねぎ, にんにく, ごぼう, だいこん, たけのこ, れんこん, 長ねぎ, もやし	米, 三温糖, 片栗粉, さといも	油, ごま油, ごま	746	32.6
15	24 火	20 金	ごはん 沢煮梅 鮭のごま味噌焼き ひじき和え 季節の果物	牛乳	豚肉, さげ, みそ, 青大豆	牛乳, ひじき	にんじん, こまつな	しょうが, だいこん, ごぼう, たけのこ, しいたけ, 長ねぎ, キャベツ, きゅうり, たまねぎ, 果物	米, 三温糖, 片栗粉	ごま, 油	692	33.5
16	25 水	26 木	うず巻パン 白いんげんと豆乳のスープ 里芋コロッケ 青菜とコーンのソテー	牛乳	鶏肉, 豆乳, 白いんげん豆, 豚肉, ベーコン	牛乳	にんじん, こまつな, ほうれんそう	しょうが, にんにく, たまねぎ, 白菜, とうもろこし	ゴッペパン, 米粉, さといも, じゃがいも, 薄力粉, パン粉	油	713	30.9
17	26 木	25 水	★さつま芋ごまごはん (二中生徒作品) 鶏ごぼう汁 鯖のさんしょう焼き きな粉ごま和え	牛乳	鶏肉, 生揚げ, みそ, さば, きな粉	牛乳	にんじん, こまつな, ほうれんそう	ごぼう, えのきたけ, 長ねぎ, キャベツ, もやし	米, さつまいも, 三温糖	ごま	793	35.7
18	27 金	30 月	ツナおろしスパゲティ (めん・ソース) じゃが芋とベーコンの香草炒め ミックスフルーツ	牛乳	ツナ, ベーコン	牛乳	だいこん葉, こまつな, にんじん	だいこん, にんにく, 黄桃缶, りんご缶, パイン缶, みかん缶	スパゲティ, 三温糖, じゃがいも	油	760	31.3
19	30 月	27 金	ごはん せんべい汁 ★鯛のかば焼き (二中生徒作品) わかめとじゃこのサラダ	牛乳	鶏肉, いわし	牛乳, わかめ, じゃこ	にんじん	ごぼう, 白菜, しいたけ, 長ねぎ, しょうが, きゅうり, だいこん, にんにく	米, しらたき, 南部せんべい, 片栗粉, 三温糖	油, ごま油	768	32.6
平均											751	32.4

※都合により献立内容が変更になる場合があります。

# 令和8年 12月分 予定献立表

Aコース(第二中学校、第四中学校、第五中学校、上水中学校)  
Bコース(第一中学校、第三中学校、第六中学校、花小金井南中学校)

番号	Aコース	Bコース	献立名	飲食物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
1	1 火	2 水	ごはん 八宝菜 鬼まんじゅう 大豆もやしのナムル	牛乳 豚肉、えび、 うずら卵	牛乳	にんじん、 チンゲンサイ、 ほうれんそう	しょうが、たまねぎ、 たけのこ、白菜、しいたけ、 大豆もやし、だいこん	米、片栗粉、 ケーキミックス粉、 さつまいも、三温糖	油、ごま油、 ごま	770	27.6	
2	2 水	1 火	きつね丼(ごはん・具) うち豆汁 野菜のじゃこ和え	牛乳 うち豆、みそ、 鶏肉、油揚げ	牛乳、じゃこ	にんじん、 だいこん葉	だいこん、長ねぎ、えのきたけ、 しょうが、たまねぎ、きゅうり	米、じゃがいも、 三温糖、片栗粉	油、ごま油	805	34.4	
3	3 木	4 金	麦ごはん みぞれ汁 鯖の味噌だれ焼き おかか和え	牛乳 豚肉、さば、 みそ、かつお節	牛乳	にんじん、 こまつな	ごぼう、だいこん、 長ねぎ、なめこ、 しょうが、にんにく、もやし	米、おおむぎ、 さといも、三温糖、 片栗粉	ごま油、油	701	31.5	
4	4 金	3 木	黒砂糖パン キャロットポタージュ いかフライ ひじきサラダ	コーヒル ベーコン、 豆乳、いか	ミルク コーヒ、牛乳、 生クリーム、 ひじき	にんじん ペースト、 キャロットジュース、 にんじん	たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり、 だいこん	黒砂糖ねじり パン、薄力粉、 パン粉、三温糖	バター、油	808	33.0	
5	7 月	8 火	ごはん 大根の味噌汁 揚げ豆腐のそぼろあんかけ じゃこゆかり和え	牛乳 みそ、豆腐、 豚肉	牛乳、わかめ、 じゃこ	にんじん	だいこん、 長ねぎ、しいたけ、 キャベツ、 きゅうり	米、片栗粉、 三温糖	油	811	31.6	
6	8 火	7 月	チキンとキャベツの和風スパゲティ ポテトチーズオムレツ フルーツゼリーポンチ	牛乳 鶏肉、卵、 ベーコン	牛乳、 チーズ	こまつな、 にんじん	しょうが、 にんにく、 たまねぎ、 キャベツ、 マッシュルーム、 えだまめ、 黄桃缶、 りんご缶	スパゲティ、 じゃがいも、 ぶどう アイスゼリー	油	713	33.9	
7	9 水	10 木	五穀ごはん ★トマト肉じゃが (花南中生徒作品) 青大豆と野菜の香味和え りんご	牛乳 豚肉、 青大豆	牛乳	にんじん、 トマト、 さやいんげん、 トマトジュース	しょうが、 たまねぎ、 きゅうり、 キャベツ、 長ねぎ、 りんご	米、 雑穀米、 じゃがいも、 こんにゃく、 三温糖、 片栗粉	油、ごま油	705	24.8	
8	10 木	9 水	ごはん 小平冬野菜煮だんご ほっけの唐揚げ 辛子和え	牛乳 鶏肉、 ほっけ	牛乳	にんじん、 こまつな、 チンゲンサイ	だいこん、 白菜、 長ねぎ、 しいたけ、 もやし	米、 地粉、 薄力粉、 さといも、 片栗粉、 三温糖	油	752	32.0	
9	11 金	14 月	フランスパンのチーズのせ うずら卵いりポトフ ツナサラダ デコボン	牛乳 ウインナー、 うずら卵、 ツナ	チーズ、 牛乳	にんじん、 こまつな	セロリー、 たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり、 にんにく、 デコボン	ソフト フランスパン、 じゃがいも	油、 ノンエッグ マヨネーズ	745	34.7	
10	14 月	11 金	青大豆の炊き込みごはん すまし汁 鯉のおろしソースかけ きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 青大豆、 鶏肉、豆腐、 ほたて、 かまぼこ、 まあじ	昆布、 牛乳、 わかめ	にんじん、 こまつな、 だいこん葉	ごぼう、 長ねぎ、 しょうが、 だいこん、 きゅうり、 キャベツ	米、 片栗粉、 薄力粉、 三温糖	油	705	32.3	
11	15 火	16 水	鶏塩ラーメン(めん・つけ汁) わかさぎの更紗揚げ 大根サラダ	牛乳 鶏肉、 なると	牛乳、 わかめ、 わかさぎ	チンゲンサイ、 にんじん	しょうが、 にんにく、 たまねぎ、 メンマ、 長ねぎ、 とうもろこし、 だいこん、 キャベツ	中華めん、 片栗粉、 三温糖	油、 ごま、 ごま油	673	32.1	
12	16 水	15 火	わかめごはん 呉汁 筑前煮 ごま和え	牛乳 鶏肉、 生揚げ、 大豆、 みそ	わかめ、 牛乳	にんじん、 ほうれんそう、 さやいんげん、 こまつな	長ねぎ、 ごぼう、 れんこん、 もやし	米、 さといも、 こんにゃく、 三温糖	ごま、 油	696	30.5	
13	17 木	18 金	チキン豆カレー(ごはん・ルー) 青菜とハムのソテー りんごゼリー	牛乳 鶏肉、 大豆、 ひよこまめ、 ハム	牛乳	にんじん、 トマト、 こまつな	にんにく、 しょうが、 たまねぎ、 りんご、 チャツネ、 キャベツ	米、 じゃがいも、 薄力粉、 片栗粉、 りんごゼリー	油、 バター	737	25.4	
14	18 金	17 木	しょうゆ飯 石花汁 真鯛の香り揚げ かぶのお浸し みかん	牛乳 鶏肉、 かまぼこ、 油揚げ、 豆腐、 あさり、 みそ、 たい	牛乳、 煮干し	にんじん	ごぼう、 しいたけ、 切干大根、 長ねぎ、 にんにく、 しょうが、 キャベツ、 かぶ、 みかん	米、 こんにゃく、 さといも、 片栗粉	油	815	36.1	

番号	A コース	B コース	献立名	飲物	主 な 材 料						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂			
15	21 月	22 火	しっぽくうどん(めん・つけ汁) ちくわとさつま芋の天ぷら 豚肉と切干大根の炒め煮	牛乳	鶏肉, 油揚げ, ちくわ, 豚肉	牛乳, 煮干し	にんじん, こまつな	だいこん, しいたけ, 長ねぎ, 切干大根	うどん, こんにゃく, さといも, 三温糖, さつまいも, 薄力粉, 上新粉	油, ごま油	750	27.3	
16	22 火	21 月	ごはん ほうとう風味噌汁 鱈の香味焼き 白菜の柚子昆布和え	牛乳	油揚げ, みそ, さわら	牛乳, 塩昆布	かぼちゃ, にんじん	だいこん, ごぼう, 長ねぎ, にんにく, 白菜, きゅうり, ゆず果汁	米, さといも, ワンタン皮, 三温糖	ごま油, ごま	746	31.1	
17	23 水	24 木	ピザトースト 麦入り野菜スープ フライドチキン	牛乳	ツナ, ペーコン, レンズまめ, 鶏肉	チーズ, 牛乳	ピーマン, トマト, にんじん, こまつな	にんにく, たまねぎ, マッシュルーム, しょうが, セロリー, キャベツ	無塩食パン, 押麦, 片栗粉	油	695	34.2	
18	24 木	23 水	★豚の生姜焼きチャーハン (花南中学生作品) 春雨スープ 青椒肉絲 菊花みかん	牛乳	豚肉, かまぼこ, 鶏肉	牛乳	にんじん, にら, ピーマン, 赤パプリカ	しょうが, 長ねぎ, たけのこ, しいたけ, 白菜, にんにく, たまねぎ, みかん	米, 三温糖, はるさめ, 片栗粉	油, ごま油	692	27.8	
※都合により献立内容が変更になる場合があります。											平均	740	31.1

令和 年 月 給食当番 手洗い・服装・健康チェック表

☆良好は○ 不良は×をつけ備考欄に対処を記入

☆1年間、学校保存

\_\_\_\_ 中学校  
年 組

日	曜日	手洗い	白衣・帽子	マスク	体調不良 (※)	備考 (対処を記入)	教員 チェック 欄
1	月						
2	火						
3	水						
4	木						
5	金						
6	土						
7	日						
8	月						
9	火						
10	水						
11	木						
12	金						
13	土						
14	日						
15	月						
16	火						
17	水						
18	木						
19	金						
20	土						
21	日						
22	月						
23	火						
24	水						
25	木						
26	金						
27	土						
28	日						
29	月						
30	火						
31	水						

※体調不良・・・発熱・腹痛・嘔吐・下痢の症状がある場合

令和 年 月 給食当番 手洗い・服装・健康チェック 記入例

☆良好は○ 不良は×をつけ備考欄に対処を記入  
 ☆1年間、学校保存

年 月 日 甲字校 年 組

日	曜日	手洗い	白衣・帽子	マスク	体調不良 (※)	備考 (対処を記入)	教員 チェック 欄
1	月	○	○	○	×	(例) 給食当番を交代	レ
2	火	○	○	○	○		レ
3	水	○	○	○	○		レ
4	木	○	○	○	○		レ
5	金	○	○	○	○		レ
6	土						
7	日						
8	月	○	○	○	○		
9	火	○	○	○	○		レ
10	水	○	○	○	○		レ
11	木	○	○	○	○		レ
12	金	○	○	○	○		レ
13	土	○	○	○	○		レ
14	日						
15	月	○	×	○	○		レ
16	火	○	○	×	○	(例) 配膳中は話さないよう指導	レ
17	水	○	○	○	○		レ
18	木	○	○	○	○		レ
19	金	○	○	○	○		レ
20	土						
21	日						
22	月	○	○	○	○		レ
23	火	○	○	○	○		レ
24	水	○	○	○	○		レ
25	木	○	○	○	○		レ
26	金	○	○	○	○		レ
27	土						
28	日						
29	月	×	○	○	○	(例) 再度手洗いをした	レ
30	火	○	○	○	○		レ
31	水	○	○	○	○		レ

【体調不良】  
 発熱・腹痛・嘔吐・下痢の症状がある生徒は給食当番をしない

【白衣・帽子】  
 ・白衣—清潔なものを着る  
 ・帽子—髪の毛が出ないようにかぶる  
 (長い場合は結ぶ)

【教員チェック欄】  
 教員が、最終的に給食当番の健康状態・衛生状態を確認し、チェックする

【マスク】  
 きちんと口と鼻をおおう  
 ◎マスクがない時の対処方法  
 ・配膳中は話さない  
 ・牛乳を配膳する  
 ・マスクを貸し出す など

【手洗い】  
 ・石けんを使って手を洗う  
 ・清潔なハンカチでふく

※体調不良・・・発熱・腹痛・嘔吐・下痢の症状がある場合

# 小平市立中学校給食

# ゼリーラベルデザイン募集!

作品のラベルがついた小平梨ゼリーを給食で提供します。

小平市立学校給食センターではブルーベリーや梨といった小平市の特産品を使用したデザート  
を毎年、市立中学校の給食で提供しています。

そこで、小平の特産品 PR と学校給食を身近に感じていただくため、ゼリーラベルデザインを  
今年度も募集します。今回は「小平梨ゼリー」のラベルデザインを募集します。

応募作品の中から審査会で最優秀賞および優秀賞を選定し、選定された最優秀作品をオリジナ  
ルラベルのゼリーとして、市内の全中学校の給食で提供されます。

(約4,800食 2学期・1回)

是非応募してみてください。

## 【テーマ】『小平梨』をPRするデザイン

【規 格】 A4サイズ用の紙で画材は不問です。(印刷色は1色刷り。)

ラベルにするため、できるだけはっきりと描いてください。

\* 絵の大きさは問いませんが、ラベルのサイズは直径7cmの  
円形です。直径7cmを超える場合は縮小します。

\* 作品は未発表のオリジナルのもので、一人2点まで応募可能  
です。

\* 選定された作品の著作権は小平市立学校給食センターに帰  
属します。

【応募資格】 小平市立中学校に在学する生徒

【入 賞】 最優秀賞・優秀賞 (各1点)

【締 切】 令和7年9月3日(水)までに提出

【応募方法】 裏面の応募用紙に必要事項を記入のうえ、作品に添えて学校  
または学校給食センターまで提出してください。(送付可)  
※作品は応募用紙に貼りつけなくてください。

※作品の裏面に氏名を記入してください。

【結果発表】 9月末に学校給食センターのホームページで発表します。

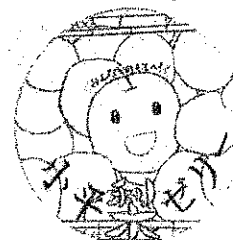
※入賞者の方には別途お手紙でお知らせします。

※応募作品のイラストはすべてホームページで発表します。

(学校名・氏名の掲載なし)

【給食提供】 令和7年度2学期に、給食の「小平梨ゼリー」ラベルとして市  
内の全中学校に配食されます。

※ラベルにはデザインをした方の名前と学校名を印刷します。



前回(令和6年度)の  
ゼリーラベル

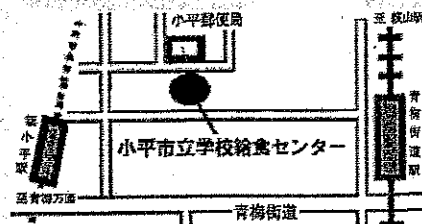
## 【応募先・問合せ】

小平市立学校給食センター

〒187-0031

小平市小川東町5-17-10

TEL: 042-345-2821



## 【ラベル製作協力】

J A 東京むさし小平支店

# 小平市立中学校給食 ゼリーラベルデザイン応募用紙

学校名	_____中学校 _____年 _____組
ふりがな	
氏名	
住所	
電話番号	
応募作品数	( )内に応募作品の数を記入してください。 ①小平梨ゼリーラベル( 点)

【※】この応募用紙は作品に貼りつけないでください。  
作品の裏面には氏名を記入してください。

No

令和8年度第1回小平市献立作成委員会 会議要録

- 1 日時 令和8年5月28日(木) 午後3時30分～午後5時00分
- 2 会場 小平市立学校給食センター会議室
- 3 出欠席 出席者 17名 事務局 5名
- 4 傍聴者 なし
- 5 次第

(1) 委員長挨拶

(2) 報告事項等

- ① 学校給食センターについて
- ② 給食に対する生徒からの意見(紹介)

(3) 協議事項

- ① 令和8年度 第2学期分 献立について

(4) その他

- ① 4月以降の生徒の給食喫食状況について(各委員より)
- ② 給食当番の健康チェックについて
- ③ 小平産梨ゼリーラベルデザインの生徒募集について
- ④ 次回以降の開催予定

6 要録

(1) 報告事項等

① 学校給食センターについて

・栄養士より学校給食センター、衛生管理及び食育についてパワーポイントにより説明。

② 給食に対する生徒からの意見(紹介)

(事務局)

・給食センターと各学校の給食委員さんとで、「給食ノート」という給食に関する交換ノートを作っています。その中に書かれていたご意見をいくつか紹介します。

- ・麻婆豆腐丼はおいしかった。
- ・メバルの和風あんかけのあんかけがおいしかった。
- ・日本にいと実感できる味でとてもおいしかった。
- ・豚汁のこんにゃくがおいしかった。
- ・田舎うどんは麺がもちもちで、つけ汁もおいしく、どちらも人気でした。
- ・抹茶きなこ団子は、一番人気でした。また作って欲しいです。
- ・チャーハンの味が少し薄い。卵を入れて欲しいです。
- ・抹茶きなこ団子はおいしかったけど、抹茶の味がほとんどしなかった。
- ・ミートサンドは食べごたえがあり、もう少し小さいと食べやすかったです。

(2) 協議事項

- ① 令和8年度 第2学期分 献立について ※日にちはすべてAコース

【9月の献立】

小平市では食を通じた健康づくりの一環として、「めざましスイッチ朝ごはん月間」としており、市内の保育園・小学校・中学校で統一メニューを提供することになっています。15日(火)の「小平めざまし味噌汁」、25日(金)の「こまつなまヨトースト」が該当メニューとなっています。

「小平めざまし味噌汁」は、「まごわやさしい」という食材を使用しています。まめ、ごま、わかめ、やさい、さかな、しいたけ、いもです。不足しがちな食材の頭文字をとって、意識的に食べることで食事のバランスが整うようになっています。「こまつなまヨトースト」は、不足しがちな鉄分を補うために考えられたメニューです。どちらも朝ごはんにおすすめのメニューです。

- 2日(水)：「ぶどう」は小平産を提供する予定です。また、4日(金)の「梨」も小平産を提供する予定です。
- 11日(金)：「肉じゃがコロッケ」と一緒に切り込みが入った丸パンを提供する予定です。コロッケをパンにはさんでも、そのまま食べてもよいメニューとなっています。
- 15日(火)：「ゴーヤチャンプルー」は五中生徒作品です。
- 17日(木)：滋賀県の郷土料理です。「しょいめし」は醤油を使って炊いた炊き込みご飯です。給食でよく提供している「うち豆汁」も実は滋賀県の郷土料理です。琵琶湖でわかさが良く獲れると言われており、「わかさぎのかりんと揚げ」を提供する予定です。
- 18日(金)：中秋の名月に合わせて、「お月見汁」、「お月見団子」を提供する予定です。お月見汁には月の形をしたかまぼこを入れます。お月見団子は手作りのお団子に、手作りのみたらしのあんをかけて提供します。
- 28日(月)：「鯖の竜田揚げ」は五中生徒作品です。

【質疑】委員：18日(金)の月の形のかまぼこはどんな形でしょうか。

事務局：現在のところ未定です。給食を楽しみにしててください。

委員：9月の五中生徒作品の献立の日、3年生が喫食しない日なので、組み換えなど検討いただきたい。

事務局：組み換えが可能か検討します。

#### 【10月の献立】

1日(木)：10月1日都民の日になみ、東京都の郷土料理を提供する予定です。

「柳川風めし」は本来、どじょうとごぼう、卵といった食材を使用しますが、初めて食べるには少し抵抗感があることと、卵のアレルギーを持つ生徒は食べることができないので、代わりに東京都産の豚肉とごぼうを使った献立を予定しています。

6日(火)：「秋刀魚の塩焼き」を提供します。旬の秋刀魚の味を覚えてもらいたいということと骨のある魚も食べられるようになってもらいたいとの考えから、年に1回は秋刀魚を提供するようになっています。現在では、

ボーンレスを喫食する機会が増えている中、是非、先生方には、秋刀魚を上手に食べるように指導していただければと思います。給食センターでは、給食ポスター等で紹介したいと思います。

- 8日(木)：目の愛護デーの献立です。10月10日が数字を横にすると目に見えることから、日本眼科医会が目の愛護デーと定めています。給食では、目の疲労軽減に効果があると言われているブルーベリーを使って、ジャムを作る予定です。小平産のブルーベリーが納入できれば、小平産を使用する予定です。
- 15日(木)：「彩り秋野菜と鮭のミルクチャウダー」は一中生徒作品です。「栄養」、「彩り」、「食べやすさ」の3つが揃う献立として考えました。
- 16日(金)：10月16日の世界食糧デーに合わせて、食品ロス削減献立として、「エコふりかけ」を提供する予定です。普段は、廃棄してしまう出汁として使用した昆布やかつお節を再利用し、醤油・みりんなどで味をつけて作ります。
- 19日(月)：山形県の郷土料理を提供する予定です。山形県で有名な「芋煮」のほかに、鯖の消費量が多いと言われているので、鯖の献立を入れる予定です。また、「だだちゃ豆」が有名ですが、高価で使用が難しいため、「枝豆のサラダ」を提供する予定です。
- 21日(水)：「さつま芋のパウンドケーキ」は一中生徒作品です。さつま芋は、食物繊維が摂取できることや、少しパサパサするデザートを入れることで、牛乳の残量が減るようにと考えてくれた献立です。
- 23日(金)：10月23日は十三夜(じゅうさんや)です。十三夜の時期は、栗や豆が収穫できる時期でもあるので、十三夜を「豆名月」、「栗名月」と呼ぶことがあります。給食では、栗やその時期に採れるさつま芋を使った「栗おこわ」や、和え物に青大豆を入れた「青大豆と野菜の香味和え」を提供する予定です。
- 29日(木)：給食センターと小平市立図書館との初めてのコラボ給食です。花小金井図書館と打ち合わせのうえ、ムーミン全集に出てくるスナフキンが作るお豆のスープを提供する予定です。本に出てくる料理を出すことで、生徒が本に親しむことができるようになれば良いと考えています。学校やご家庭でも、ぜひ紹介していただけるとありがたいです。

【質疑】委員：22日(木)の「ビビンバ」の日は2皿でしょうか。苦手が生徒の場合、食べるものが無いと感じました。

事務局：工程上の都合や価格の状況を見て、ゼリーを1品付けるか検討します。

委員：8日(木)のブルーベリージャムは小皿に配膳する形ですか。

事務局：そのとおりです。

【11月の献立】

- 2日(月) : この日はAコース・Bコースで同じ献立となります。
- 5日(木) : 11月8日の「いい歯の日」にちなんだ、かみかみ献立となります。かみごたえのある根菜を使った「根菜汁」、豚肉の角切りを揚げたものにレモン醤油ダレをあえた「豚肉のレモン醤油」、ドレッシングに刻んだすめを使った「かみかみサラダ」を提供する予定です。
- 13日(金) : 「小平梨ゼリー」は、毎年JAさんの協力で、小平産の梨を使用したゼリーを、今年度も提供いたします。生徒からラベルデザインの募集も行います。多くの応募をお待ちしております。
- 19日(木) : 広島県の郷土料理を提供する予定です。「もぶりごはん」の「もぶり」は、広島の方言で「混ぜる、混ぜ込む」を意味する「もぶる」であると言われています。「ワニのフライ」のワニは「サメ」のことです。給食では最近よく提供している「モウカザメ」を使用する予定です。
- 24日(火) : 11月24日は語呂合わせで、「いいにほんしょく」と読めることから和食の価値を再認識するきっかけになるよう「和食の日」に制定されました。給食では、汁ものは和食の基本の味である「だし」のうまみを効かせたすまし汁仕立ての「沢煮椀」を提供します。多様な旬の食材と発酵食品、米を中心とした栄養バランスのよい「和食」の文化を感じられる献立にします。
- 26日(木) : 「さつま芋ごまごはん」は、二中学生徒作品です。「試合の日のお弁当」というテーマで、部活などの試合の時に力が出るようなメニューを好きな食材で作ったとのこと。
- 30日(月) : 「鯛のかば焼き」も二中学生徒作品です。「免疫力をアップさせる」というテーマで考えてくれました。生徒のレシピは「かば焼き丼」でしたが、給食ではごはんを具を別にして提供しますが、ごはんに乗せても食べることができるようにタレを多め作る予定です。

【質疑】委員 : 26日(木)の「きな粉ごま和え」は献立名だけだと、何のごま和えかわかりません。

事務局 : ご意見を参考にさせていただきます。献立名からわかるような工夫を検討します。

#### 【12月の献立】

- 1日(火) : 愛知県の郷土料理「鬼まんじゅう」を提供する予定です。角切りのさつま芋と小麦粉から作った生地を合わせて蒸して作ります。さつま芋のゴツゴツが、鬼の角や金棒に見えることから、この名がついています。
- 9日(水) : 「トマト肉じゃが」は、花小金井南中学校の生徒作品です。ポイントは「簡単に作れるようにトマトを使うのではなくトマトジュースを使って煮込むところ」だそうです。

- 10日(木) :小平市立小・中学校の統一メニューで毎年恒例の「小平冬野菜煮だんご」を提供する予定です。煮だんごは小平の郷土料理の1つで、小麦粉を練ってちぎって作るすいとんのことです。中学校給食では、A・Bコースで9日、10日の2日間にかけて提供します。また、小平産の大根や里芋、白菜など冬野菜を使用するほか、小平産の地粉を使って生地を練るところから手作りする予定です。煮だんごを釜にちぎり入れる作業は、10人の調理員が2時間ほどかけて行います。
- 18日(金) :愛媛県の郷土料理です。主食は季節の野菜と米を醤油で炊き込んだ「しょうゆ飯」です。汁物は「石花汁(せっかじる)」という昆布と煮干しでとった出汁に、豆腐や貝類などが入った味噌汁です。愛媛県は昔から石材業が盛んな地域ですが、その作業をする際、寒い冬場でも体を温められるように、汁の中に熱した石を入れたそうです。その時に、ぶくぶくと沸き上がった様子は、まるで花が咲いたように見えたことからこの名がついたと言われています。また、主菜は「真鯛の香り揚げ」を提供する予定ですが、真鯛の養殖が日本一である愛媛県にちなんで献立です。
- 22日(火) :12月22日の冬至の日に合わせた冬至献立です。「ほうとう風味噌汁」は、冬至に食べるとよいと言われている「南瓜」をたくさん使用する予定です。また、ほうとう麺に見立てた「ワンタンの皮」を入れて、弾力のあるもちもちとした食感を楽しんでもらえたらと考えています。添え物として、冬至にちなんで、柚子風味の「白菜の柚子昆布和え」も提供します。
- 23日(水) :クリスマスの献立です。手作りの「ピザトースト」と野菜たっぷりの「麦入り野菜スープ」、「フライドチキン」という生徒に好評のメニューを提供する予定です。是非、楽しんで食べてもらいたいと思います。
- 24日(木) :「豚の生姜焼きチャーハン」は、花小金井南中学校の生徒作品です。ポイントは、「前日の余り物の豚の生姜焼きを使って手間を省いて作ったところ」だそうです。給食では、なるべく生徒のレシピに近づけるようにアレンジして提供します。

### (3) その他

#### ① 4月以降の生徒の給食喫食状況について(各委員より)

##### (教員委員)

- ・2年生の担任をしている。白米が人気、チャーハンも取り合いになる。魚が残りが多い。家庭では魚は調理がしにくいと思うので、生徒には食べてもらいたい。
- ・牛乳が苦手な生徒がいるが、最初に飲むよう指導している。好き嫌いが多い生徒がいるが、苦手なものを一口でも食べるよう指導している。わかめが大きくなったのか、配膳に時間がかかる。味はおいしくなったと思う。
- ・魚の残りが多い。おかわりもしない。揚げパンの日はおかわりが争奪戦となった。好きなものと苦手なものに対する差がある。牛乳に手を付けない生徒が多い。
- ・ケイジャンチキンが好評で、落としてしまった生徒が泣きそうになりながら職員室に取りに来たことがあった。

- ・牛乳を飲まない生徒が多い。お米は残る傾向である。煮たまごと海鮮ラーメンの給食はおいしかったが、アレルギー対応が大変であった。えび・かに・卵が別々の料理だとありがたい。
- ・3年生はよく食べる。運動会の練習の日は良く食べていた。白米の日にふりかけがあるとよく食べる。「揚げ魚と野菜の黒酢あんかけ」はよく食べていた。サラダもおひたしは人気がないが、きゅうりやドレッシングを工夫してもらえるとおかわりすることもある。具材がのったトーストの時に、しっとりして水っぽい。
- ・昨年度、残食が多かった。他校からきた教員からも残食が多いと言われた。皮をむいて食べる果物の時に、皮をむくのが手間でかなり残ってしまった。
- ・3年生は良く食べている。残食率はそんなに高くないと思っている。職員室で余った牛乳をもっていくと、飲んでくれる。トーストの湿り気が、先生・生徒ともに食べづらいという意見が多い。果物の皮を剥くのが手間、手を汚したくないという声がある。

(保護者委員)

- ・噂で、給食センターは味が落ちると聞いていたが、こどもからは「おいしい」と聞いている。5月に提供されたトマトスープがおいしかったと言っていた。
- ・こどもとは話せていないが、いつもお腹すいていて、しっかり食べていると思う。
- ・給食はおいしくて、残さず必ず食べる。体育があるときは、おかわりをする。こどもは全部おいしいと言っている。
- ・1年生の息子と3年生の娘がいるが、息子は麺が好き、娘は野菜が苦手である。
- ・1年生の娘がいるが、小学校に比べてもおいしいと言っている。残食が多くて、マヨネーズを使った料理が残っている印象である。洋食が特においしい。食物アレルギー対応で友人が入院した件があったので心配となった。保護者の中で心配だと話題に挙がっている。
- ・2年生と3年生の娘がいるが、牛乳が大好きである。試食会で牛乳を飲んだがおいしかった。家で魚料理をあまり出していないが、色々な魚料理を給食で提供してくれるのでありがたい。5月に提供されたドーナツは油っぽくて不評だった。
- ・1年生と3年生の娘がいるが、3年生の娘は給食を残すことが多かったが食べるようになった。1年生の娘は給食が大好きである。キムチチャーハンがおいしくて、たくさんおかわりしたとの話を家でしていた。
- ・1年生の息子がいるが、好き嫌いが一切なく、秋刀魚を食べるのも得意で友達に食べ方を教えていた。魚を出していただきとてもありがたい。小学校と違って、牛乳が少しぬるい。

【質疑】委員：牛乳が苦手な子が、好きな子にあげるのはだめでしょうか。

事務局：給食の中の牛乳の役割はとても大きく、1人1本飲んでいただきたい。

委員：一口だけ飲んで捨てる、というのがとてももったいないように感じている。

事務局：茶碗に一口分入れて飲んで、残りは別の子にあげるということをやっていることもある。

委員長：校長会でも話題に挙がったが、骨折するケースが多い。しっかり牛乳を飲むということになった。

② 給食当番の健康チェックについて

給食当番の健康チェック表は、今年度4月から中学校全校で実施をお願いしたところ。実施の経緯について、国が定めた学校給食衛生管理基準に沿って、衛生管理を行うことが求められています。この学校給食衛生管理基準には給食当番を行う児童・生徒に対し、毎日、下痢や発熱腹痛等がないか、健康状態や衛生的な服装であることを確認することとなっており、学校給食センターではこれらの確認を具現化させるために、健康チェック表を作成しました。

なお、健康チェック表の見直しを5月8日に行い、各学校長及び給食担当教諭宛に通知させていただいたところ。5月途中もしくは6月から新様式の健康チェック表を使用するようにお願いいたします。学校給食の衛生管理上必要な確認となりますので、健康チェック表を活用した運用をお願いします。

【質疑】委員：健康チェック表について、インフルエンザが流行っているときなど保健委員会や係で同じようなチェックをすることがある。他のもので代替えることはできるのか。1年保存となっているが、その後、書類はどのように扱えば良いのか。

事務局：健康チェック表は、学校給食センターで作成し、各学校にお願いしている。他の委員会等で同じようなチェックされることは承知した。個別に状況を伺えればと思うが、基本的にはこの健康チェック表を使用していきたい。

1年保存の取扱いについては、来年度末まで学校で保管していただき、再来年度破棄していただくこととなります。

③ 小平産梨ゼリーラベルデザインの生徒募集について

例年、実施している事業ですが、今年度も夏休み期間に合わせて、給食に提供する梨ゼリーのラベルデザインを生徒対象に募集する予定です。梨ゼリーは、東京むさし小平支店に協力いただき、作っていただく予定です。募集チラシは夏休み前に各学校に通じ、生徒に配付させていただきたいと考えておりますので、ご対応をお願いします。直近の応募作品数は令和5年度が32作品、令和6年度が8作品、令和7年度は17作品となっております。今年度も多くの生徒に応募してもらいたいと考えており、ご協力のほど、よろしくお願いします。

【質疑】なし

④ 次回以降の開催予定

2学期 10月30日（金）15時30分～

3学期 2月 1日（月）15時30分～