

令和6年 5月分 学校給食献立予定表



入間市立学校給食センター

献立名				主な材料名			エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)		
日	曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)		体の調子を整える(緑)	
1	水	こどもの日献立 ちらし寿司	笹かまのさやま茶揚げ すまし汁		酢めし なたね油 小麦粉 砂糖	牛乳 笹かまぼこ 鶏肉 油揚げ わかめ	たけのこ 人参 れんこん えのきたけ 長ねぎ かんぴょう 干しいたけ せん茶	772 27.3 295	
2	木	新ごぼう入り ドライカレー	青菜と春雨のスープ		ごはん 春雨 小麦粉 なたね油 ごま油	牛乳 豚肉 鶏肉	玉ねぎ チンゲン菜 ごぼう 生マッシュルーム 根生姜 にんにく	763 36.0 300	
7	火	ごはん	豚肉の生姜焼き 塩味ナムル わかめスープ		ごはん なたね油 ごま油 砂糖	牛乳 豚肉 わかめ	もやし 小松菜 長ねぎ 人参 万能ねぎ 根生姜 干しいたけ にんにく	757 36.5 314	
8	水	ふき入り かやくごはん	鯖のカレー揚げ もずく汁		ごはん なたね油 でん粉 米粉 砂糖	牛乳 鯖 鶏肉 かまぼこ 油揚げ 白みそ 赤みそ もずく	たけのこ 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく ふき	857 34.0 321	
9	木	ツナそぼろごはん	こんにゃくの炒り煮 みそ汁		ごはん じゃが芋 白ごま 砂糖 なたね油	牛乳 ツナ 白みそ 赤みそ わかめ	こんにゃく 玉ねぎ 人参 根生姜	792 27.8 324	
10	金	しょうゆラーメン	アメリカンドッグ キャベツときゅうりの さっぱり和え		ホットラーメン ホットケーキミックス なたね油 小麦粉	牛乳 フランクフルト 焼豚	キャベツ きゅうり 長ねぎ メンマ	893 35.5 299	
13	月	ごはん	ジャージャン豆腐 しっとりふりかけ ナムル		ごはん 白ごま 砂糖 なたね油 でん粉 ごま油	牛乳 生揚げ 鶏肉 豚肉 赤みそ ちりめんじゃこ 花かつお	もやし 小松菜 人参 チンゲン菜 長ねぎ にんにく 根生姜 干しいたけ	838 37.3 614	
14	火	バターロール	スパゲティナポリタン ツナサラダ		スパゲティ バターロール なたね油 バター 砂糖	牛乳 ウィンナー ベーコン 粉チーズ ツナ	玉ねぎ キャベツ きゅうり 生マッシュルーム 人参 ピーマン	882 34.0 439	
15	水	ごはん	かつおの新玉ソース 五目ビーフン みそ汁		ごはん なたね油 でん粉 ビーフン 砂糖 ごま油	牛乳 かつお 豚肉 赤みそ 白みそ 油揚げ	キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ 人参 にら かんぴょう 万能ねぎ にんにく	887 35.1 323	
16	木	ジャージャーメン	ゆでじゃが芋		蒸し中華めん じゃが芋 ごま油 砂糖 なたね油 でん粉	牛乳 豚肉 赤みそ 八丁みそ	長ねぎ 人参 たけのこ 干しいたけ 根生姜 にんにく	790 33.3 283	
17	金	ポークハヤシライス	ごぼうのみそドレッシングサラダ		ごはん 小麦粉 バター なたね油 砂糖 白ごま ごま油	牛乳 豚肉 白みそ 生クリーム	玉ねぎ ごぼう 人参 コーン 生マッシュルーム きゅうり にんにく	880 25.5 290	
20	月	こぎつねごはん	いかのかりん揚げ 沢煮椀		ごはん でん粉 なたね油 米粉 砂糖	牛乳 いか 鶏肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	長ねぎ 人参 ごぼう 小松菜 干しいたけ	898 39.0 366	
21	火	わんぱく相撲応援献立 ちゃんこうどん	お茶入り蒸しパン きゅうりのラー油漬け		袋入り地粉うどん 蒸しパンミックス バター なたね油 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 油揚げ 甘納豆 赤みそ 白みそ	きゅうり ごぼう キャベツ 大根 人参 根生姜 せん茶	756 27.8 389	
22	水	塩味ピラフ	ウィンナーソーセージ(2本) 野菜スープ		ごはん じゃが芋 バター なたね油	牛乳 ウィンナー 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ キャベツ 生マッシュルーム コーン 人参	819 31.2 272	
23	木	黒パン	アスパラのクリーム煮 フレンチサラダ		黒パン マカロニ 小麦粉 バター なたね油 砂糖	牛乳 ベーコン 鶏肉 生クリーム	玉ねぎ キャベツ グリーンアスパラガス コーン 人参 きゅうり 生マッシュルーム	807 27.2 399	
24	金	ごはん	新じゃがの煮物 のりの佃煮 小松菜の香味和え		ごはん じゃが芋 砂糖 白ごま なたね油 ごま油	牛乳 豚肉 さつま揚げ 刻みのり	玉ねぎ もやし 小松菜 こんにゃく 人参 グリーンピース えのきたけ 長ねぎ 干しいたけ にんにく	753 30.7 347	
27	月	ごはん	油淋鶏 春雨のナムル ワントンスープ		ごはん でん粉 ワントンの皮 なたね油 春雨 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 豚肉	小松菜 もやし 長ねぎ 人参 赤ピーマン ピーマン 根生姜 にんにく	894 31.4 316	
28	火	わかめうどん	草もちぜんざい おひたし		袋入り地粉うどん よもぎ団子 砂糖 なたね油	牛乳 あずき 鶏肉 かまぼこ 油揚げ わかめ	もやし 小松菜 長ねぎ 人参	806 30.5 357	
29	水	カレーライス	切干大根のハリハリ漬け		ごはん じゃが芋 小麦粉 バター なたね油 砂糖 白ごま	牛乳 豚肉	玉ねぎ きゅうり 人参 切干大根 にんにく 根生姜	836 25.6 311	
30	木	野田・豊岡・東金子・藤沢・武蔵	お茶マーブル食パン		お茶マーブル食パン 砂糖 マカロニ なたね油 オリーブ油 バター	牛乳 鶏肉 ツナ サワークリーム	玉ねぎ トマト 生マッシュルーム 人参 赤ピーマン ピーマン にんにく	778 33.6 305	
		黒須・東町・西武・金子・向原・上藤沢	ココアパン	鶏肉のプロヴァンス風 パンネのソテー		ツイストパン 砂糖 マカロニ なたね油 オリーブ油 バター	牛乳 鶏肉 ツナ ココア サワークリーム	玉ねぎ トマト 生マッシュルーム 人参 赤ピーマン ピーマン にんにく	869 33.9 301
31	金	ジャンバラヤ	マカロニスープ ヨーグルト		ごはん じゃが芋 マカロニ バター オリーブ油 なたね油	牛乳 ヨーグルト チヨリソー 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ キャベツ トマト 人参 赤ピーマン ピーマン パセリ にんにく	871 35.1 420	
給食回数		《21回》			中学校の揚げパンについて			平均栄養量	825
今月の入間市産食材(予定)		小松菜			中学校の揚げパンは、全中学校を2回に分けて実施しています。前月と今月において、揚げパンと反対側のパンが入れ替わっています。それに伴い、右のとおり平均栄養量が異なります。			【野田・豊岡・東金子・藤沢・武蔵】	32.1 347
		入間市マスコットキャラクター「いるティー」						平均栄養量	830
								【黒須・東町・西武・金子・向原・上藤沢】	32.1 347

※都合により献立を変更することがあります。☒

給食センターの裏側大公開! ~part1~

令和6年5月
入間市立学校給食センター

新年度が始まって1ヶ月が経ちますね。知らず知らずのうちに疲れがたまっている人もいないでしょうか。“早寝・早起き・朝ごはん”を合言葉に、規則正しい生活を心掛けることで、心と体を健康に保ちたいですね!

さて、このおたよりがタブレットで閲覧できるようになり、鮮明な画像をお届けできるようになったので、改めて給食センターの紹介をしたいと思います。今回は第1弾として、「身支度」「手洗い」について、給食センターの裏側をお見せします。

給食当番必見!! 身支度

ポイントをおさえて、給食当番業務に生かしたいですね!

① 清潔



調理着は毎日洗濯し、常に清潔にしています。なぜ“白色”なのかわかりますか? 汚れが付いたときに、一目でわかりやすくするためです。

② 異物混入防止



鏡を見ながら、帽子から毛髪が出ていないかチェックします。また、手洗い前に2人1組になって、粘着ローラーで白衣の表面に付着したホコリや毛髪を取り除きます。

③ 食中毒予防



だ液・くしゃみ・咳などの混入を防ぐために、必ず着用します。鼻腔から、食中毒菌の黄色ブドウ球菌が検出されることもあるため、左の写真のとおり、鼻を覆うように着用することが大切です。

調理のプロはどうしてる? 手洗い

手洗いは、衛生管理の基本です。食中毒を予防するためには、**食中毒菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」**という3原則があります。また、ノロウイルスなどの**食中毒原因ウイルスについては「持ち込まない」「拡げない」**という原則も注意しなければなりません。“手”は、菌やウイルスを運んでしまう可能性が高いところです。給食センターでは、調理場に入る前はもちろんのこと、作業が切り替わるタイミングで手洗いを徹底して行っています。

給食センター手洗いクイズ

給食センターの手洗い設備(右写真)には、学校の水道にはあまりない仕組みが備わっています。どのような仕組みでしょうか?

- ①水だけでなく、湯も出る。
- ②食中毒菌が残っているとアラームが鳴る。

正解は「①水だけでなく、湯も出る。」でした。冬場は水がとても冷たくなるため、汚れの落ちが悪くなったり、手洗いの頻度が少なくなってしまうことが考えられます。1年を通してしっかりと手洗いを行えるような環境づくりも、安全・安心でおいしい給食の提供には欠かせません。



個人専用爪ブラシを使用しています



集まれ! みんなの声

給食アンケート

今回は、昨年度3月の給食に対するみなさんの声をご紹介します。3月に登場した新メニューの感想や、懐かしい卒業生の声も掲載します。1年生は、給食アンケートに記入する際の参考にしてくださいね!

入間市産うど使用

3/1(金)
うどん入り
かき揚げ

令和5年度3月分 東金子中学校 2年1組

かき揚げが、さくさくで中に入っている野菜もたくさんあり、その中でもうどの苦味が良いアクセントを出してくれておいしかったです。

卒業生

3/1(木)
3年生最後の
カレーライス

令和5年度3月分 藤沢中学校 3年1組

給食ならでせのかれーの味があるので、なかなかの味で、思い出が湧いてきます。やっぱり給食は、思い出が湧いてくるので、これからもおいしく食べていきたいです。

卒業生

3/13(水)
ポークハヤシ
ライス

令和5年度3月分 上藤沢中学校 3年4組

今年度の給食はほんとうにおいしくて、高校では食べられず、懐かしいです。給食の味は忘れません! ありがとうございます。

センター炊飯

3/18(月)
ごはん
(佐渡米)

令和5年度3月分 向原中学校 2年4組

センターがすいほんした米は、とてもおいしく、とてもおいしいです。

令和5年度3月分 藤沢中学校 1年5組

調理員さん手作りのは、とてもおいしく、とてもおいしいです。これからも給食を食べて、思い出が湧いてくるようにしたいです。



昨年度もたくさんの感想や意見をありがとうございました。みなさんからいただいたメッセージは、給食センター職員皆で読んでいます。給食の味や量、配膳のしやすさ等、気がついたことがあれば書いてお知らせください。検討して改善に取り組んでいきたいです。今年度も、みなさんからの感想・意見・質問をお待ちしています!