

# 10月 給食だより

【問い合わせ】  
みんなのくるりんキッチン  
西郷理場  
☎ 042-529-3511

## 6年生 家庭科授業とのコラボ給食

今年度も、「家庭科の授業とのコラボ給食」の取り組みを行っています。

1学期に各校の6年生が、家庭科の授業で献立の立て方を学び、一食分の給食を考えてくれています。たくさんあるルールを守りながら、あれこれと悩み、創意工夫された献立が続々と集まってきたました。

各クラスで選ばれた2つの代表献立のうち、1つが実際に給食として登場します。今年度は8校21クラスの献立が提供される予定です。今月から、順次、給食に登場しますので、どのような給食となったのか、お楽しみに！



### 新生小 6年 1組

- ・牛乳
- ・親子丼
- ・色とりどりバターソテー
- ・わかたまじる



栄養バランスの良いごはんで、彩りも考えました。  
バターを使うことで香ばしく、見た目も美しいソテーにしました。



### 幸小 6年 2組

- ・牛乳
- ・ガーリックライス
- ・白身魚のプロバンス風
- ・ポテトカルボナーラ
- ・ABCスープ

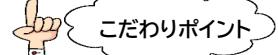


献立を作るのは難しかったです。野菜をおいしく食べられるように、みんなが好きな料理に入れました。



### 第九小 6年 3組

- ・牛乳
- ・きのことさつまいものごはん
- ・カリッとあげたとうふコロッケ
- ・レンコンきんぴら
- ・具だくさんとん汁



季節の野菜や食材をたくさん使いました。主菜のとうふコロッケは、カリッとした食感を意識して材料を考えました。食感や見た目、バランスについてよく考えられるようになりました。



### 大山小 6年 1組

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・白身魚のハーブ焼き
- ・きのことほうれん草のソテー
- ・具だくさんスープ



秋～冬に旬の魚をハーブと一緒に焼いて、新しいメニューを考えました。ハーブの香りを楽しみながら、おいしく食べてください。

<給食費を改定しました！>

昨今の急激な物価高騰を踏まえ、以下のとおり10月から給食費を改定(増額)しました。

学年	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
1食単価	296円(25円増)	315円(27円増)	334円(28円増)	387円(33円増)

給食費は、給食で使用する食材料を購入する予算の根拠となります。適切な給食費を定めることで、引き続き児童・生徒に安全・安心な栄養バランスのとれた給食を提供していきます。

なお、児童・生徒分の給食費は令和6年度より無償化していますので、今回の改定による保護者負担の変更はありません。



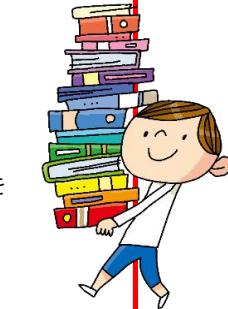
日本でもっとも知られている中国野菜のひとつで、ビタミンA・ビタミンC・カルシウム・鉄分を多く含みます。

栽培しやすく、成長が早いので、消費量の多い都市の近郊で栽培されています。  
炒めててもゆでても量が変わらず、しゃきっとした歯ざわりが楽しめます。

【10月の給食】  
・もやしとチンゲン菜のごま和え  
・チンゲン菜のクリームスープ  
・卵とチンゲン菜のスープ  
・中華丼

10月はチンゲン菜の料理が4回登場します！  
献立表で『ベジばくスタンプ』を  
さかしてみよう♪

参考:イラスト版食材図鑑



## としょ給食

「そらとぶてつぱん」より  
“やきそば”が登場します！

「あっつ、やけどするがな！」と鉄板の上で大暴れするあつがりのお好み焼き。  
見かねたてつぱんがふわっと飛び上がり、「どこでもすきなとこつれてったるわ！」とお店を  
旅立ちます。遊園地や町を超え、とうとう海へ。

作:岡田よしたか  
出版社:ひかりのくに

参考:ひかりのくに



## 給食試食会のお知らせ

学校給食に対する理解を深めていただくため、試食会を開催いたします。ぜひご参加ください！

- 開催日時 : 令和7年11月12日(水) 11時30分～12時30分  
 開催場所 : 立川市学校給食東共同調理場(立川市泉町1156-18)  
 試食する給食 : 東調理場中学校(カレーライスを試食していただきます。) 費用は、387円です。  
 対象者 : 立川市立小・中学校(全校)保護者の皆さま 定員40名  
 定員超過時は、1学期の試食会に参加されていない方を優先とした抽選となります。  
 申し込み方法 : 右下の申し込みフォーム、または、電話(527-2160)での受付  
 (10月6日(月)8:30～10月17日(金)17:00)  
 参加の可否は、10月27日(月)までにお知らせします。  
 質問 : 学校給食課 東調理場係 電話 042-527-2160

案内チラシ▶



◀申し込みフォーム