

**立川市新学校給食共同調理場(仮称)
整備運営事業**

要求水準書

資料

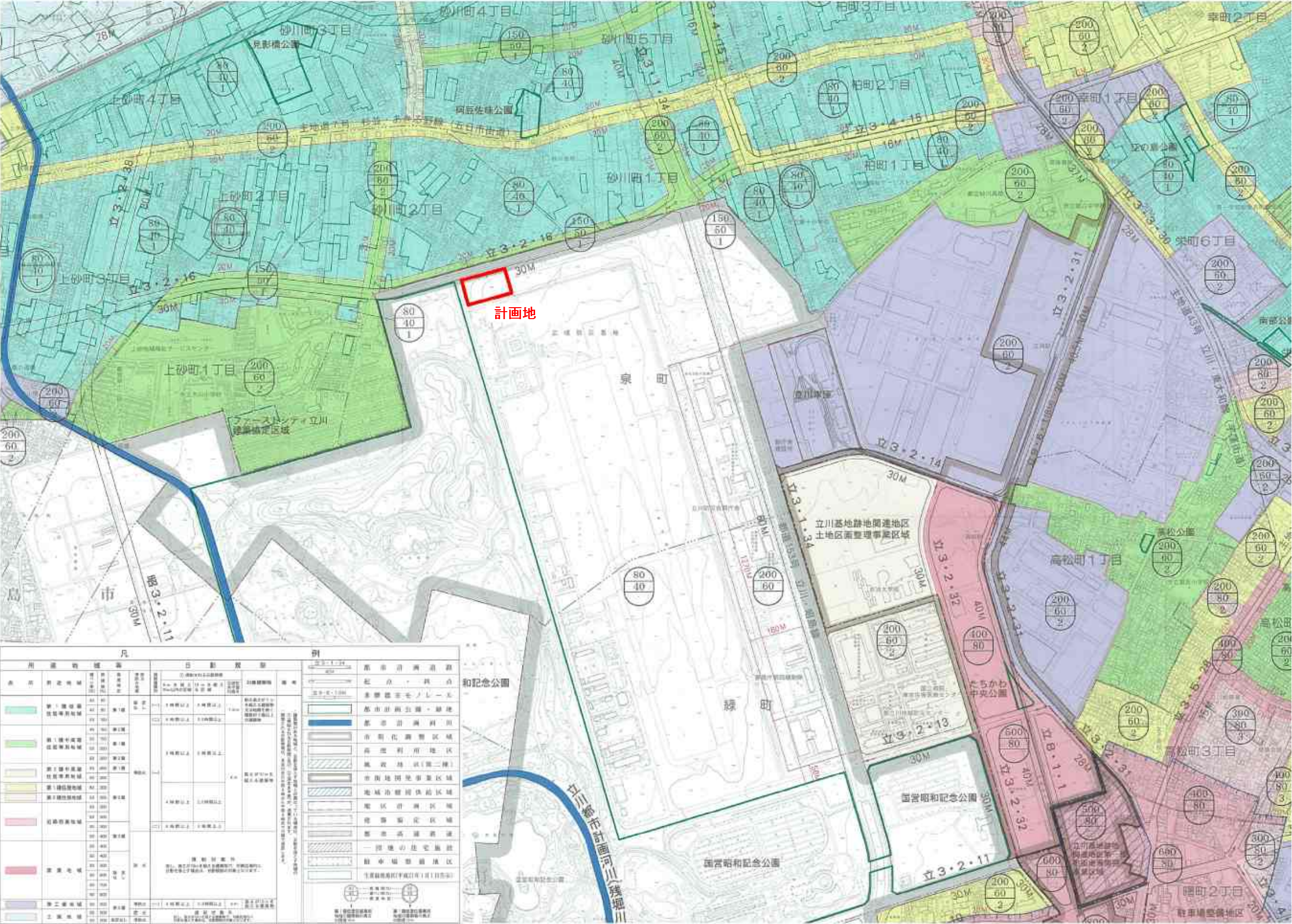
平成 22 年 4 月 16 日

立 川 市

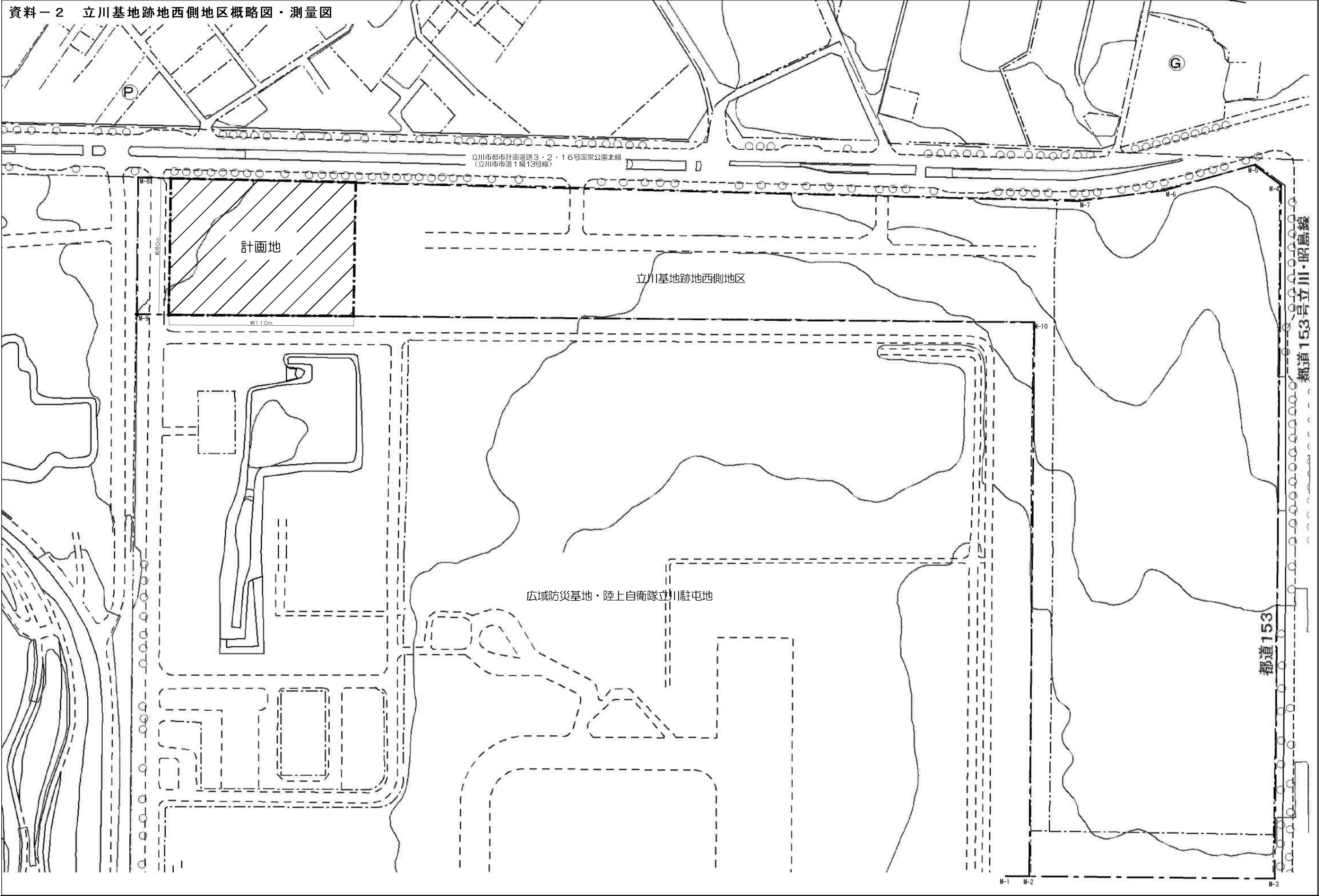
目 次

資料－１	計画地周辺都市計画図	1
資料－２	立川基地跡地西側地区概略図・測量図	2
資料－３	道路台帳平面図	7
資料－４	(参考)新庁舎地質調査地層断面想定図	8
資料－５	広域防災基地・陸上自衛隊立川駐屯地航空制限に関する資料	9
資料－６	水道管管理図	12
資料－７	公共下水水道台帳平面図	13
資料－８	立川市小学校給食関連現況施設配置図	14
資料－９	配送先の児童数・学級数・職員数	15
資料－１０	各学校現況コンテナ数・小荷物運搬昇降機諸元	16
資料－１１	既設共同調理場平面図	17
資料－１２	現況献立表・器具表・作業工程表(平成 21 年 7 月)	19
資料－１３	現況献立表(平成 21 年度)	25
資料－１４	諸室リスト	47
資料－１５	厨房設備参考リスト	51
資料－１６	食器・食缶等及び学校使用備品リスト	56
資料－１７	諸室備品リスト	57
資料－１８	配送先各学校の給食開始時間及び後片付け終了時間(平成 21 年度)	59
資料－１９	配送・回収計画	60
資料－２０	使用食材の発注量	64
資料－２１	残量調査結果	66
資料－２２	アレルギー対応食(除去食)実施状況	67
資料－２３	廃棄物処理実績	69
資料－２４	揚げ油注文量、廃油処理量(平成 20 年度)	71
資料－２５	事業系ごみの減量と適正処理について(立川市)	72

資料－1 計画地周辺都市計画図

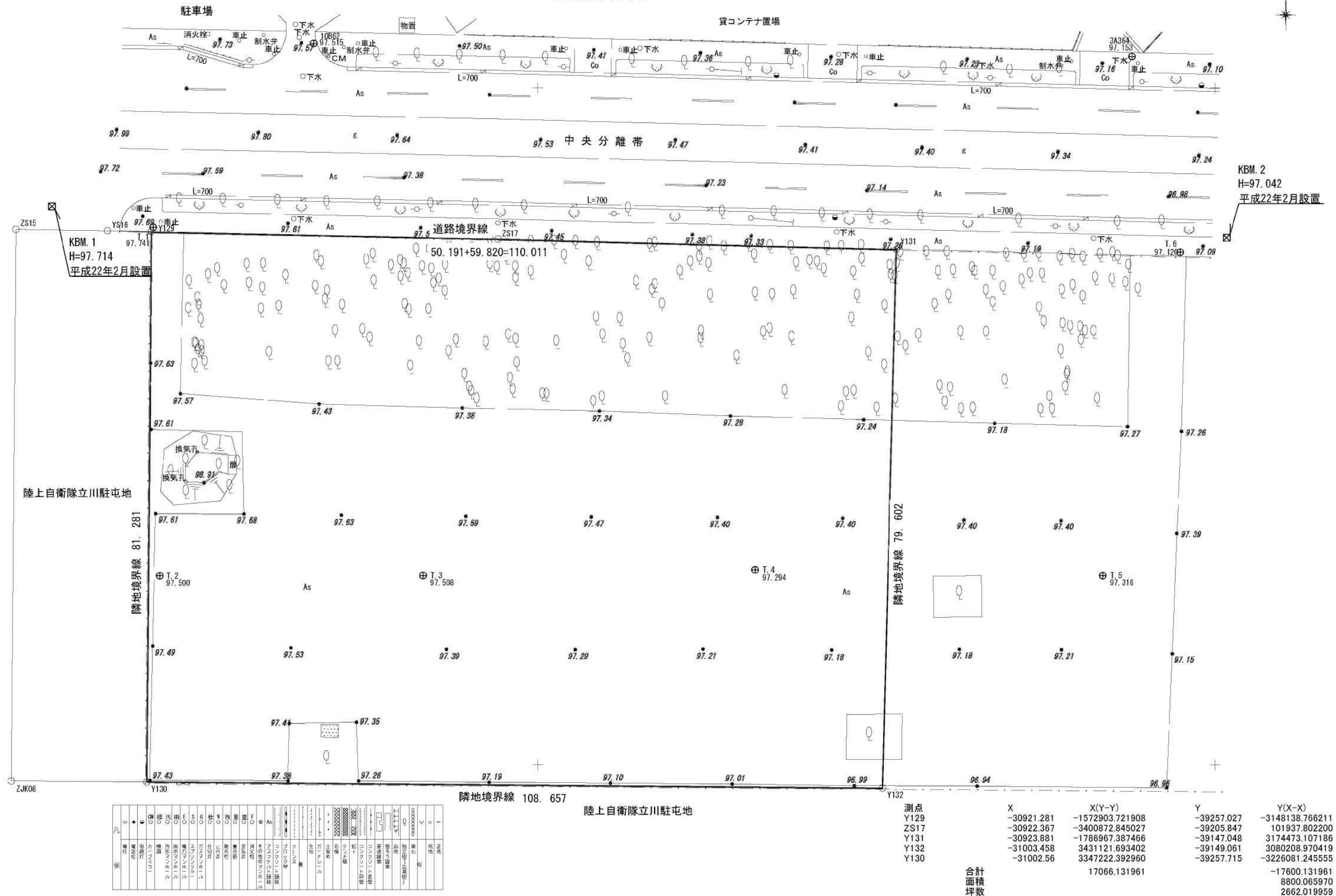


資料－2 立川基地跡地西側地区概略図・測量図

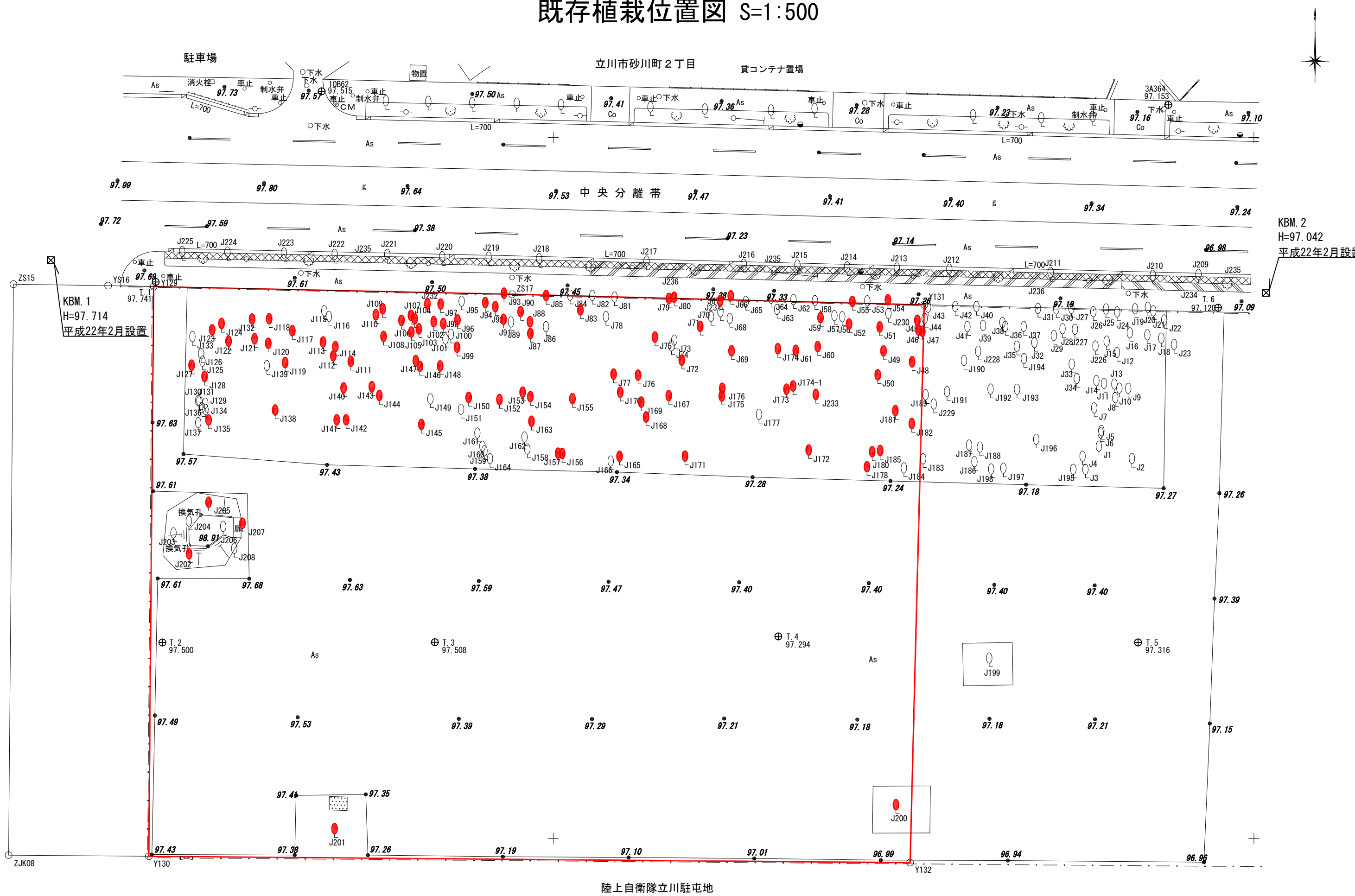


S=1/2000 (A3)

※測量・分筆前であるため、本図は計画地の概形を示すものであり、今後の境界確定後の形状、寸法とは異なります。



既存植栽位置図 S=1:500



凡 例

記 号	名 称	選定条件
	保存対象樹木	・地上1.5mの高さにおける幹の周囲が1.5m以上 ・高さが10m以上

既存樹木等一覧表(1)

番 号	樹 種	樹 高	目通り周	備 考
45	ムクノキ	14.5 m	130 cm	
46	エノキ	13.0 m	35 cm	
47	トウネズミモチ	14.0 m	50 cm	
48	ヤマザクラ	13.0 m	40 cm	
49	トウネズミモチ	12.0 m	63 cm	50cm×1本、40cm×1本
50	エノキ	14.5 m	85 cm	
51	モチノキ	8.0 m	196 cm	30cm×8本、20cm×2本
52	モチノキ	8.0 m	161 cm	30cm×5本、20cm×4本
54	ヒムロスギ	14.0 m	150 cm	
55	サワラ	14.5 m	110 cm	
59	モチノキ	7.0 m	175 cm	50cm×3本、40cm×1本、30cm×2本
60	ヤマザクラ	14.0 m	215 cm	
61	ヤマザクラ	14.0 m	154 cm	110cm×2本
66	サワラ	15.0 m	85cm	
67	サワラ	10.5 m	95 cm	
69	ヤマザクラ	14.0 m	252 cm	175cm×1本、185cm×1本
71	オオムラサキツツジ	1.6 m	175 cm	10cm×25本
72	ヤマザクラ	14.0 m	150 cm	
75	クワノキ	14.0 m	90 cm	
76	エノキ	14.5 m	77 cm	60cm×1本、50cm×1本
77	エノキ	14.0 m	70 cm	
79	サワラ	14.5 m	80 cm	
80	サワラ	14.5 m	80 cm	
83	キンモクセイ	10.0 m	119 cm	50cm×2本、35cm×2本
85	サワラ	14.5 m	154 cm	80cm×1本、70cm×2本
87	ケヤキ	15.0 m	70 cm	
88	コナラ	11.5 m	70 cm	
90	サワラ	14.0 m	130 cm	
91	サワラ	14.0 m	168 cm	110cm×1本、130cm×1本
92	サワラ	14.0 m	100 cm	
93	サワラ	14.5 m	120 cm	
94	ヒサカキ	14.0 m	110 cm	
96	サワラ	13.0 m	80 cm	
97	サワラ	14.0 m	80 cm	
98	ムクノキ	12.0 m	80 cm	
99	トウネズミモチ	10.5 m	90 cm	
102	サワラ	14.0 m	90 cm	
103	エノキ	13.0 m	80 cm	
104	サワラ	13.0 m	80 cm	
105	サワラ	14.0 m	80 cm	
106	ムクノキ	14.5 m	130 cm	
107	エノキ	14.0 m	40 cm	
108	サワラ	14.5 m	130 cm	
109	ムクノキ	14.5 m	130 cm	
110	エノキ	14.5 m	80 cm	
111	ヤマザクラ	14.0 m	90 cm	
112	ヤマザクラ	14.0 m	280cm	100cm×2本、80cm×1本、70cm×1本、50cm×1本
113	エノキ	14.0 m	73 cm	75cm×1本、30cm×1本
114	エノキ	13.0 m	30 cm	
117	エノキ	13.0 m	70 cm	50cm×2本
118	ヤマザクラ	15.0 m	252 cm	80cm×2本、70cm×2本、60cm×1本
119	ヤマザクラ	13.5 m	77 cm	70cm×1本、40cm×1本
120	ヤマザクラ	13.0 m	40 cm	
121	ヤマザクラ	17.0 m	105 cm	100cm×1本、50cm×1本
122	ヤマザクラ	14.5 m	308 cm	60cm×5本、70cm×2本
123	ヤマザクラ	14.0 m	120 cm	
124	エノキ	14.0 m	40 cm	
125	ヒイラギモクセイ	4.5 m	231 cm	30cm×11本
127	ムクノキ	12.0 m	70 cm	
128	ヒイラギモクセイ	4.5 m	168 cm	30cm×8本
132	ヤマザクラ	14.0 m	60 cm	

既存樹木等一覧表(2)

番 号	樹 種	樹 高	目通り周	備 考
135	ヒイラギモクセイ	4.5 m	168 cm	30cm×8本
138	クワノキ	8.0 m	182 cm	70cm×3本、50cm×1本
140	ヤマサクラ	15.0 m	182 cm	80cm×2本、100cm×1本
141	エノキ	14.0 m	40 cm	
142	エノキ	14.0 m	140 cm	110cm×1本、90cm×1本
143	ヤマサクラ	14.5 m	100 cm	
144	サワラ	14.5 m	100 cm	
145	ヤマサクラ	15.0 m	343 cm	150cm×1本、100cm×2本、70cm×2
146	サワラ	15.0 m	101 cm	65cm×1本、80cm×1本
147	エノキ	13.0 m	60 cm	
148	エノキ	13.0 m	80 cm	
150	エノキ	13.0 m	91 cm	80cm×1本、50cm×1本
152	エノキ	12.0 m	80 cm	
153	ヤマサクラ	15.0 m	336 cm	120cm×4本
154	ヤマサクラ	13.0 m	49 cm	40cm×1本、30cm×1本
155	ヤマサクラ	15.0 m	308 cm	80cm×4本、60cm×2本
156	ヤマサクラ	14.0 m	210 cm	100cm×3本
157	エノキ	14.0 m	60 cm	
163	エノキ	13.0 m	40 cm	
165	ヤマサクラ	14.0 m	266 cm	140cm×1本、120cm×2本
167	ヤマザクラ	15.0 m	329 cm	80cm×4本、50cm×3本
168	エノキ	14.0 m	60 cm	
169	エノキ	14.0 m	40 cm	
170	エノキ	14.5 m	80 cm	55cm×1本、60cm×1本
171	エノキ	13.0 m	196 cm	100cm×2本、80cm×1本
172	エノキ	13.0 m	252 cm	140cm×1本、80cm×2本、60cm×1本
173	エノキ	14.0 m	84 cm	40cm×3本
174	ヤマザクラ	14.5 m	110 cm	
174-1	エノキ	14.0 m	147 cm	70cm×3本
175	エノキ	14.0 m	100 cm	
176	エノキ	14.0 m	80 cm	
178	エノキ	14.0 m	147 cm	80cm×1本、130cm×1本
180	エノキ	13.0 m	70 cm	
181	ヤマザクラ	14.0 m	133 cm	110cm×1本、80cm×1本
182	ヤマザクラ	14.5 m	238 cm	70cm×4本、60cm×1本
185	ヤマザクラ	14.0 m	196cm	120cm×1本、80cm×2本
200	エノキ	14.5 m	518 cm	150cm×2本、110cm×4本
201	ヤマザクラ	10.0 m	483 cm	120cm×3本、110cm×3本
202	ヤマザクラ	9.0 m	196 cm	70cm×4本
205	ヤマザクラ	8.5 m	245 cm	70cm×3本、50cm×2本、40cm×1本
207	エノキ	10.0 m	91 cm	50cm×1本、40cm×2本
218	ケヤキ	10.0 m	110 cm	
220	ケヤキ	14.0 m	110 cm	
222	ケヤキ	12.0 m	110 cm	
224	ケヤキ	13.0 m	130 cm	
228	エノキ	14.0 m	40 cm	
229	エノキ	15.0 m	40 cm	
230	エノキ	15.0 m	40 cm	
232	エノキ	10.0 m	30 cm	
233	ヤマザクラ	15.0 m	112 cm	50cm×2本、30cm×2本

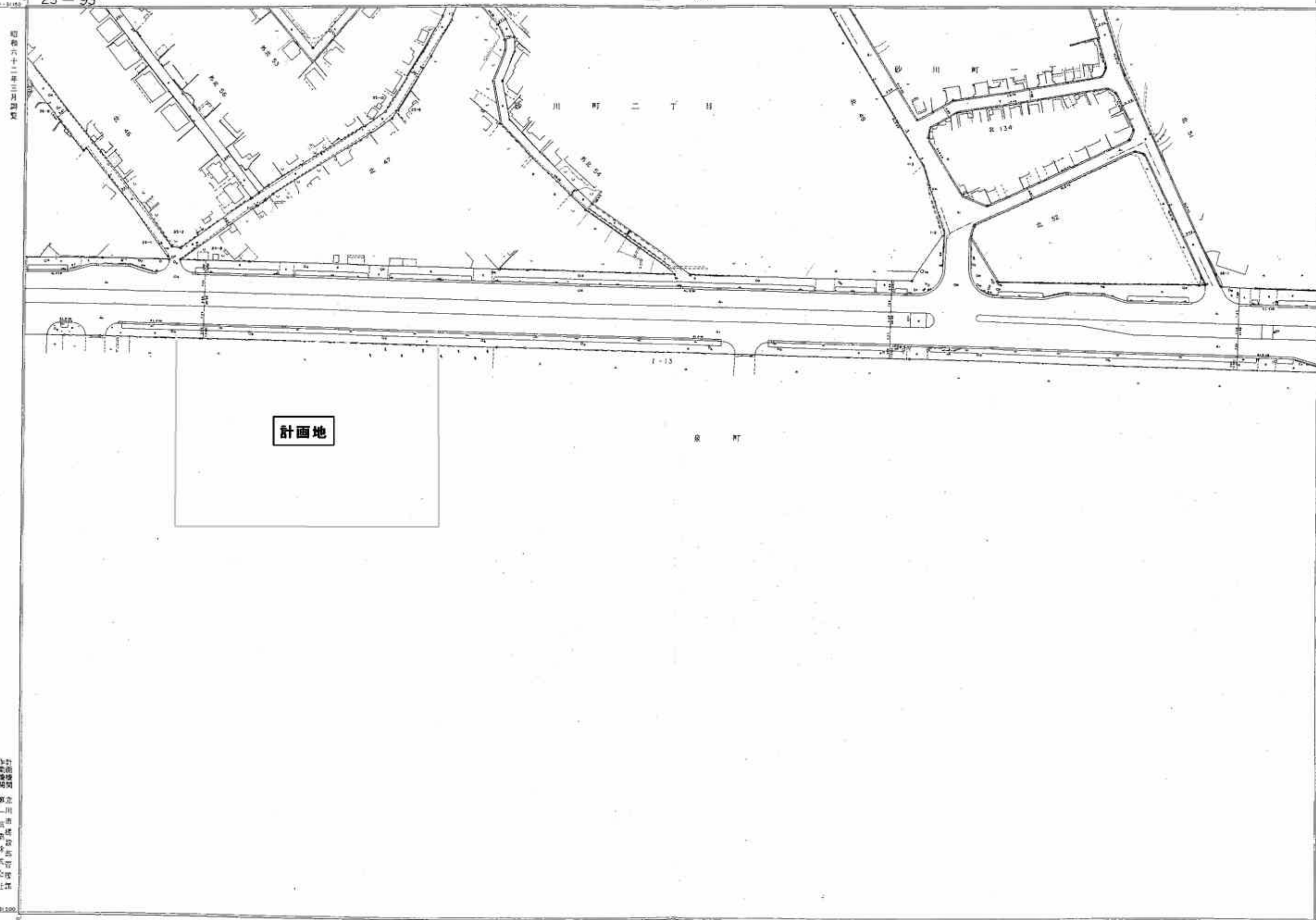
23-93

立 川

23
82 83 84
92 93 94
2 4

道路台帳平面図

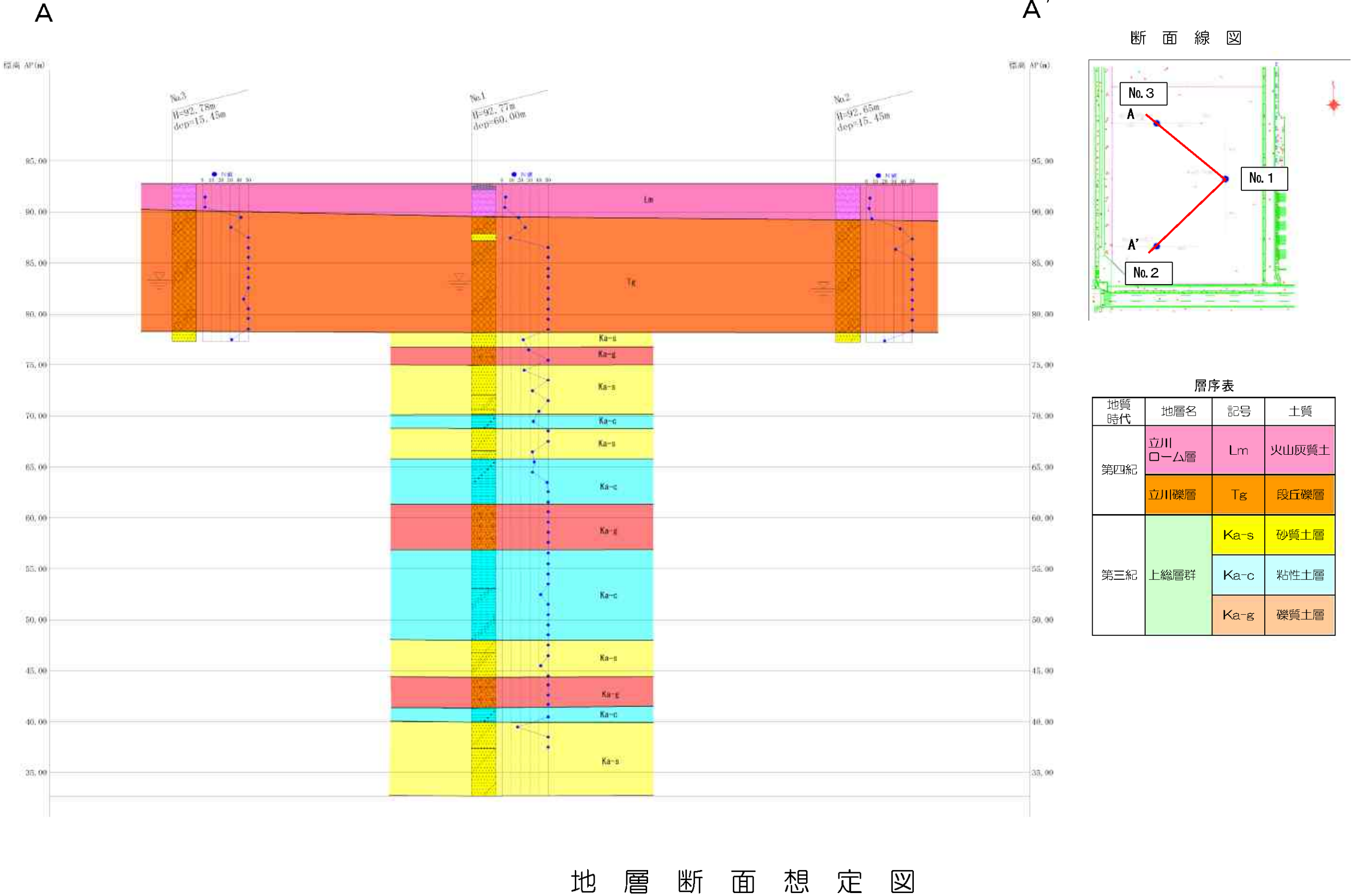
23
|
93



計画地



23-93



まずゆとり
車間距離にも
ここにも
(55年交通安全スローガン)
立川市は交通安全宣言都市

No. 492
3/16
《昭和55年》
月2回発行

編集・発行
東京都立川市
企画部市民相談課
東京都立川市錦町3-2-26
電話 (0425) 23-2111
相談専用 (0425) 25-6870

用語解説

いすれも航空機を安全に離着陸させるために設けられた航空法上の用語です。

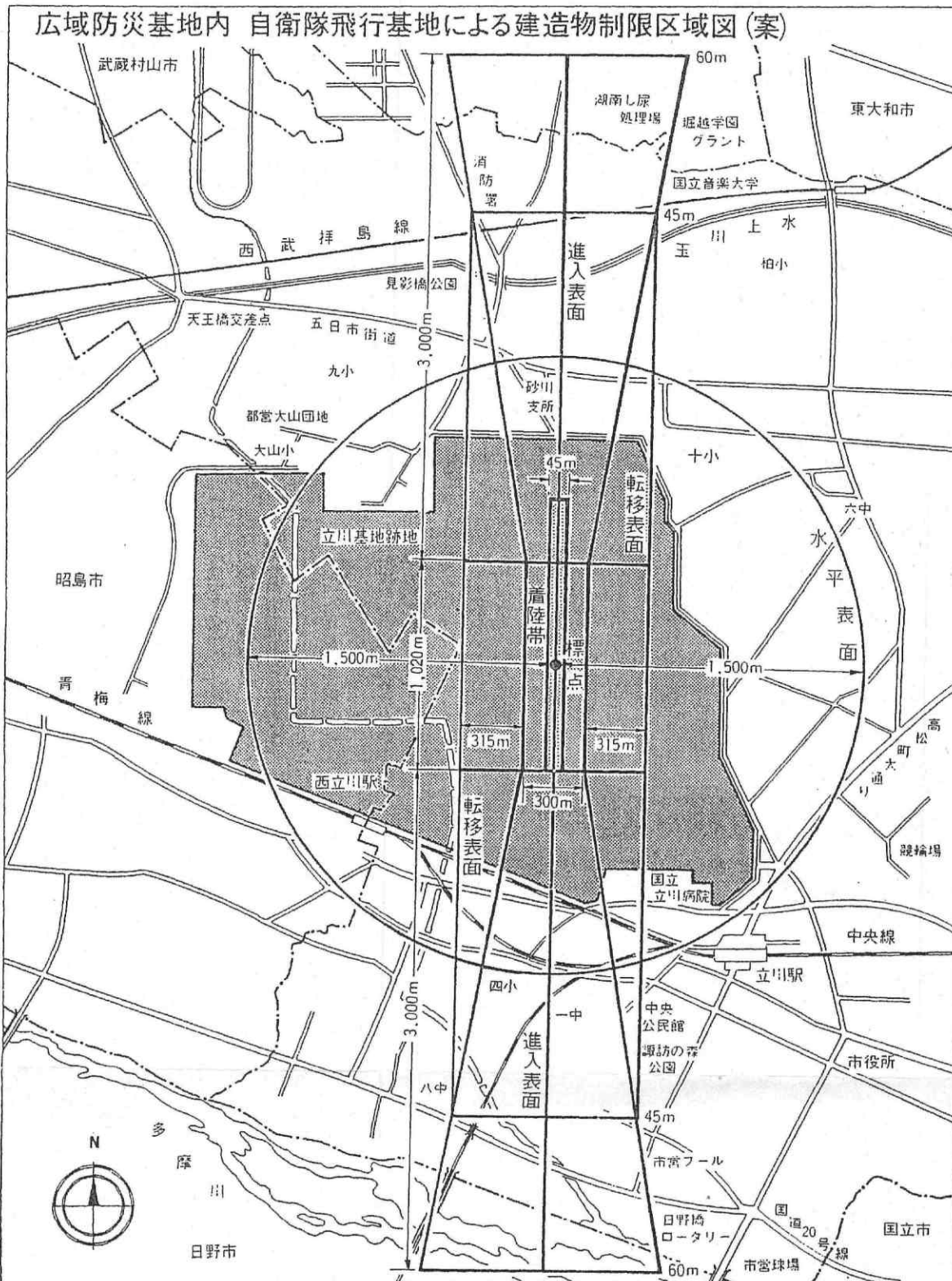
◇着陸帯 滑走路を中央に航空機の離着陸のために設けられる飛行場内の長方形部分

◇進入区域 着陸帯の短辺の中心から直角に三千メートル延長した地点

◇進入表面 着陸帯の短辺に接し、水平面に対して上方へ五十分の一の勾配を持つ平面で、その投影面が進入区域と一致するもの

◇水面表面 飛行場の中心から垂直上方四十五度の点を含む水平面

◇転移表面 ①進入表面の斜辺を含む平面と着陸帯の長辺を含む水平面、②着陸帯の長辺に接し、水平面表面に対して上方へ七分の一の勾配を持つ部分。この二つに囲まれる部分



広域防災

新滑走路は210メートル西へ

立川基地の跡地利用は、昨年十一月、国の計画が発表され、その中の昭和記念公園に

「指図のとおり、昨年十一月九日、国有財産中央審議会から立川基地の跡地利用として、大規模公園と広域防災基地を二本の柱とする「立川飛行場跡地有地の処分の大綱」が答申されて以来、大規模公園については、早々と計画も発表され、三面でもお知らせした。

「このため、市は、担当官庁である防衛庁と折衝し、具体的な内容について問い合わせをしてきました。その結果を二月二十一日開かれた市議会基地跡地利用促進特別委員会に防衛庁の説明として報告しました。

それによると、①広域防災基地内の自衛隊飛行基地の滑走路とオーバーランは千三百二十メートルとする

「まず、新滑走路の位置は、現滑走路の中心線から西側へ二百十メートル、北側へ三百五十メートル移動し、上図のとおり砂川支所と市立一中の西側を結ぶ線に接することになります。

「以上のような制限がありますが立川市域においては現在の制限区域の面積とほぼ変わりありません。建築物の高度制限においても滑走路に一番近い民有地(第一種専用住宅地)で、高さ十二メートルまでの建築物が可能となりますので、家をとりこわしたり移転することはありません。

「一方、懸念されているC1ジェット輸送機の経路飛行回数ですが、防衛庁では当初四十回を予定していました。しかし、「市民に与える影響が大きすぎる」との市長の強い要請で、年二十回程に減らされました。なお、ヘリコプターや小型連絡機の発着はこれまでどおり行われます。また、C1の着陸は、何も問題がない場合、九百メートルの滑走路でも十分ですが、最大八メートルの高さがある場合は、着陸に慣性が付くために千二百メートルは必要。このため、北側(砂川方面)から着陸するよりは、むしろ南側から着陸して北側の「安全地帯」をオーバーランとして使用する方が安全です。離陸する場合、九百メートルでも可能ですが、北方に人間基地があり、この航空管制圏に入ってしまうため北側への離陸は困難。したがって、離着陸ともに主に南側から行うこととなります。

最後に、広域防災基地内の計画では、国土庁が災害対策本部を、厚生省が国立立川病院の移転、農林水産省が備蓄倉庫、警察庁が多摩地区総合庁舎、立川警察署の移転、消防庁が第八方面本部や防災教育センターをそれぞれ建設することが明らかになっています。

防衛庁は1020メートルで告示

C1の飛行は年20回程

現滑走路は長さ千五百メートル(滑走路千二百メートル、オーバーラン南北各百五十メートル)、幅四十五メートルですが、新滑走路は長さ千八百メートルに減らして千三百二十メートル(滑走路千二百メートル、オーバーラン南北各六十メートル)に、幅は同じ四十五メートルになります。ただし、防衛庁では、民家への高度制限に対処するために北側の三百メートルを除く滑走路九百メートル、オーバーラン南北各六十メートルの合計千二百メートルで告示する予定です。この場合、北端は告示上は滑走路ではなく「安全地帯」となります。

この結果、南側民有地の境界から新滑走路(オーバーランを含む)までの距離は約六百メートル。一方、北側(砂川町)は、民有地境界から新滑走路(オーバーランを含む)まで三百メートルですが、告示上の滑走路までは六百メートルとなります。

新滑走路は、災害時には夜間でも告示は千二百メートルとする(この輸送機C1ジェット機の離着陸は主に南側(富士見町方向)から行うこと)と同様の経路飛行回数は年二十回程とすることが決まっています。

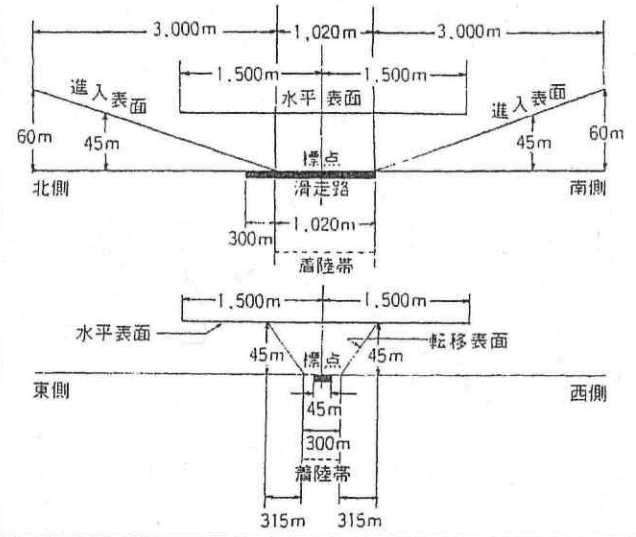
「そこで今回は、みなさんの関心が高い滑走路の位置利用方法、周辺の建物への規制などをお知らせしましょう。

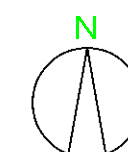
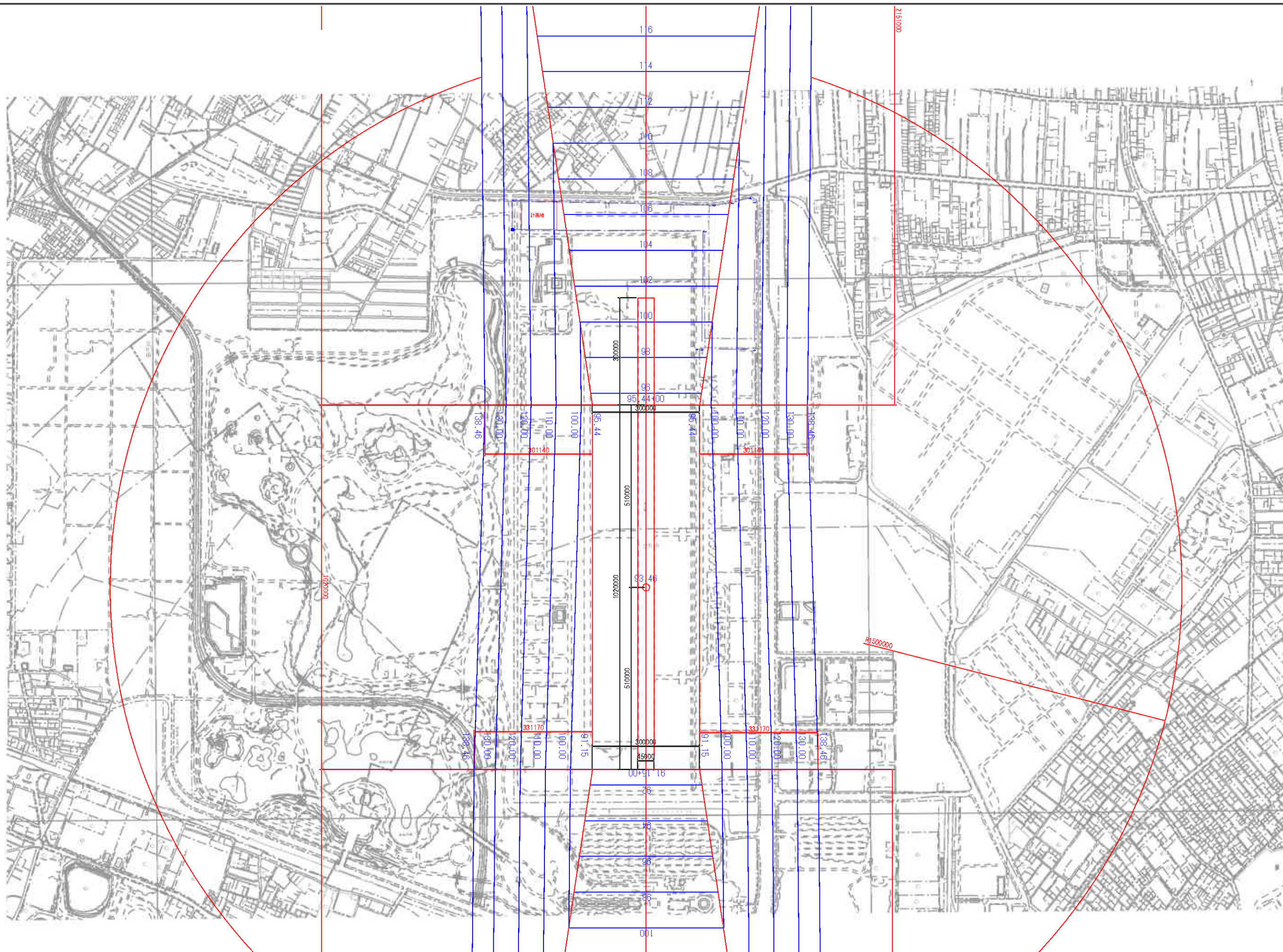
「飛行機の「進入表面」の勾配は三十分の一から五十分の一(着陸帯の先端から五十メートルの地点で一メートルの建築物が建築可能であることを意味します。したがって、百メートル離れた一階、二階離れた四階が可能になります。また、転移表面は、これまでも同じ七分の一、「水平表面」は半徑千五百メートルの円周となります(いずれも図参照)。

「以上のような制限がありますが立川市域においては現在の制限区域の面積とほぼ変わりありません。建築物の高度制限においても滑走路に一番近い民有地(第一種専用住宅地)で、高さ十二メートルまでの建築物が可能となりますので、家をとりこわしたり移転することはありません。

「一方、懸念されているC1ジェット輸送機の経路飛行回数ですが、防衛庁では当初四十回を予定していました。しかし、「市民に与える影響が大きすぎる」との市長の強い要請で、年二十回程に減らされました。なお、ヘリコプターや小型連絡機の発着はこれまでどおり行われます。また、C1の着陸は、何も問題がない場合、九百メートルの滑走路でも十分ですが、最大八メートルの高さがある場合は、着陸に慣性が付くために千二百メートルは必要。このため、北側(砂川方面)から着陸するよりは、むしろ南側から着陸して北側の「安全地帯」をオーバーランとして使用する方が安全です。離陸する場合、九百メートルでも可能ですが、北方に人間基地があり、この航空管制圏に入ってしまうため北側への離陸は困難。したがって、離着陸ともに主に南側から行うこととなります。

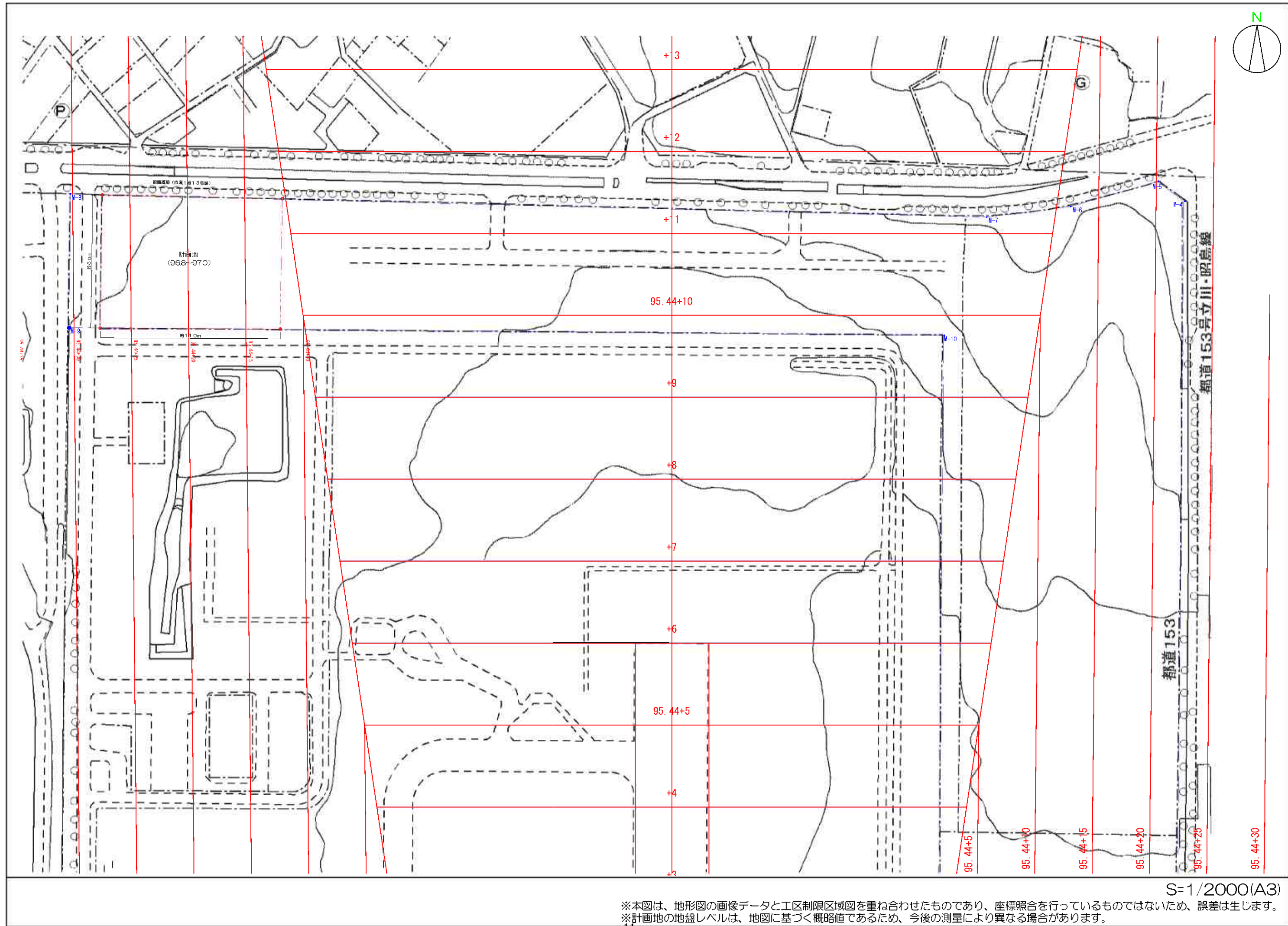
進入表面・転移表面・水平表面等の断面図(案)





A3 S=1/10000

※本図は、地形図の画像データと工区制限区域図を重ね合わせたものであり、座標照合を行っているものではないため、誤差は生じます。

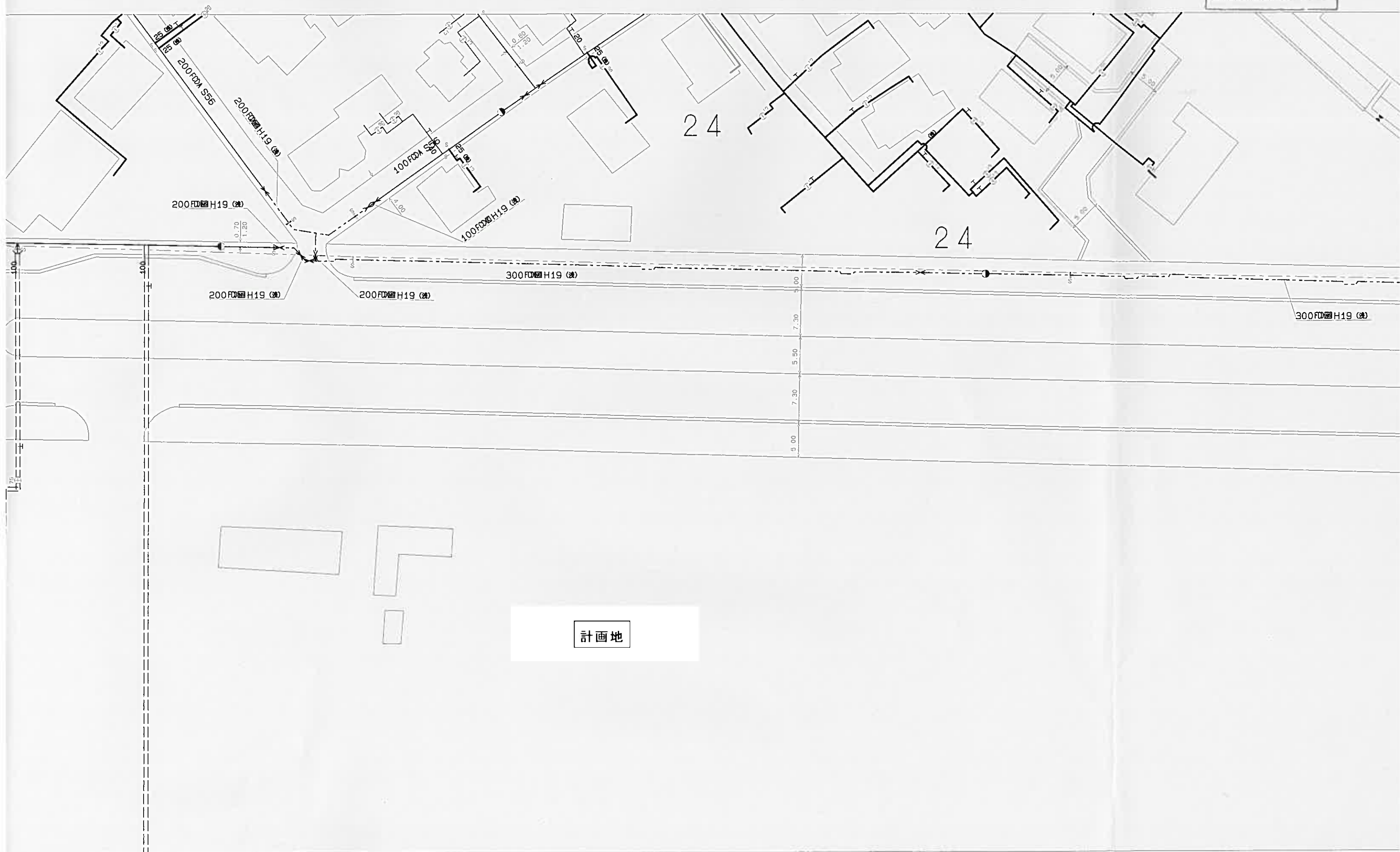


S=1/2000(A3)

※本図は、地形図の画像データと工区制限区域図を重ね合わせたものであり、座標照合を行っているものではないため、誤差は生じます。
※計画地の地盤レベルは、地図に基づく概略値であるため、今後の測量により異なる場合があります。

水道管管理図

この管理図と現況
とが異なる場合は、
現況を優先とします。



縮尺 1: 500



立川市公共下水道台帳平面図

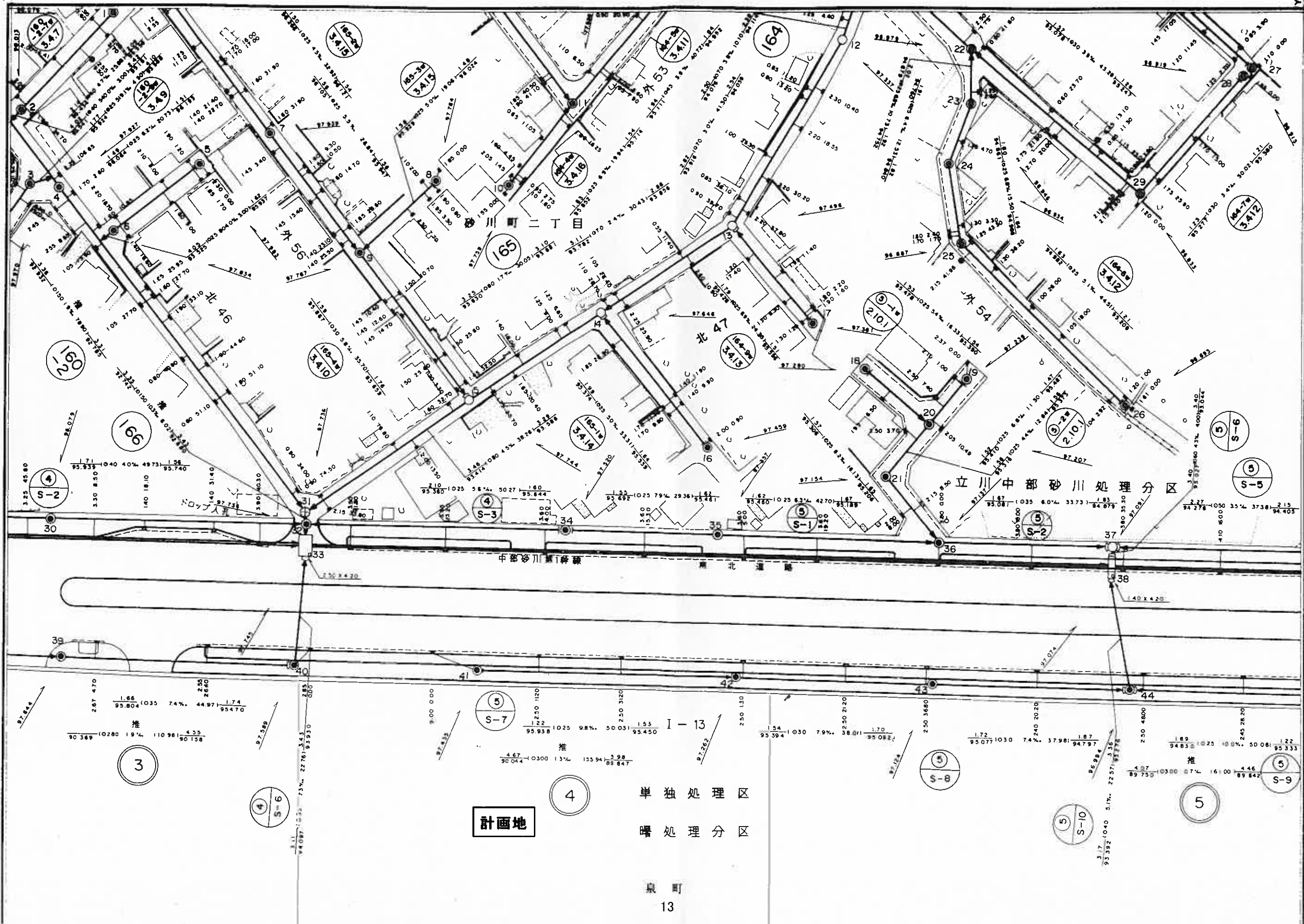
北多摩二号处理区（合流式）
（立川中部砂川处理分区）

Y=-39.00

平成三年三月

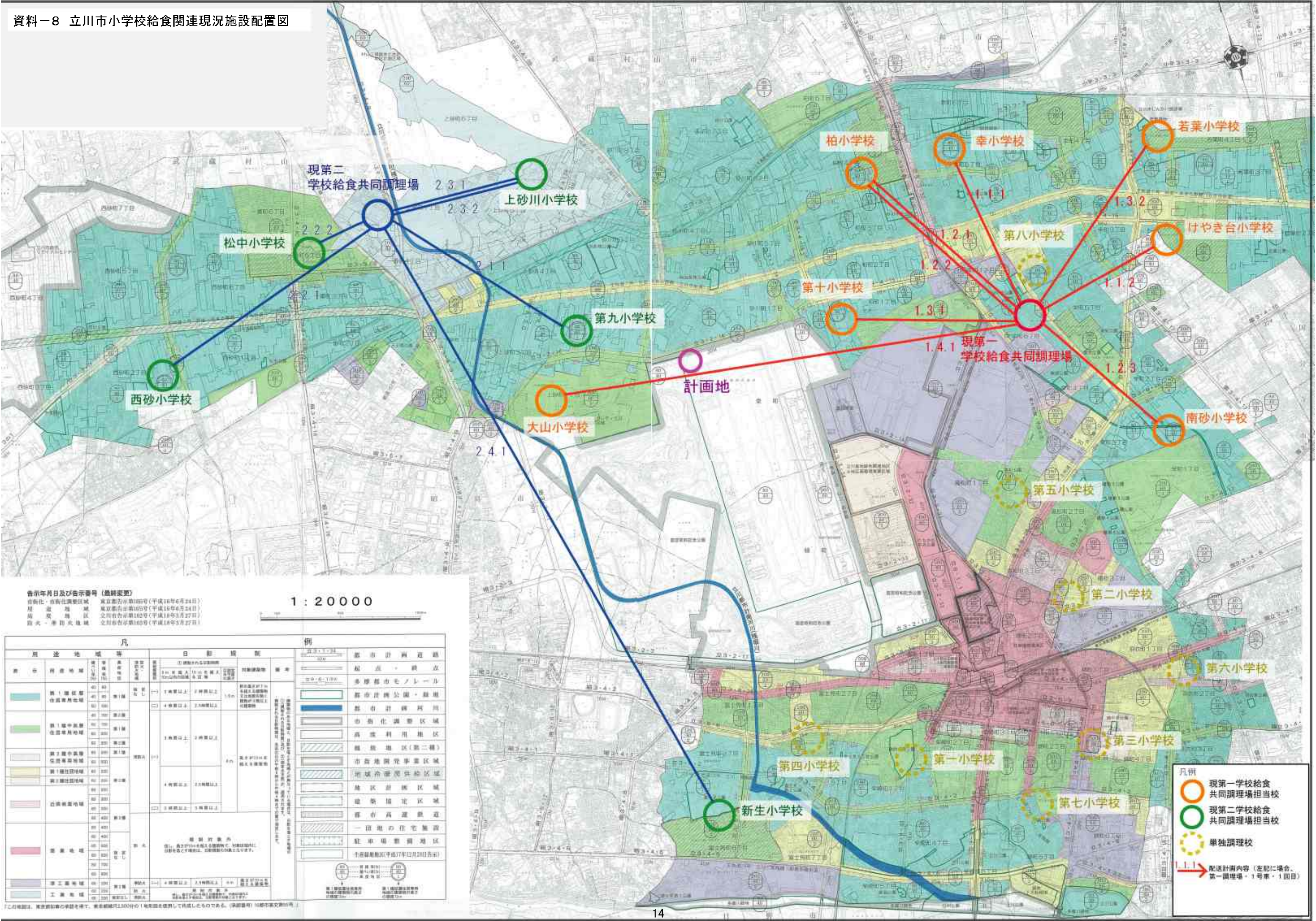
Y=-38.75

X=-31.15



117	118	119
141	142	143
163	164	165

資料一8 立川市小学校給食関連現況施設配置図



資料-9 配送先の児童数・学級数・職員数

番号	学校名	現 共同 調理場	児 童 数 ・ 学 級 数 ・ 職 員 数 (平 成 21 年 5 月 1 日 現 在)															職員数	日割 職員 数	
			児 童 数 (人)							学 級 数 (ク ラ ス)										
			1	2	3	4	5	6	合計	1	2	3	4	5	6	合計				
1	第九小学校	第二	(3) 98	(6) 84	(1) 81	(2) 80	(5) 109	(7) 93	(24) 545							(3) 17	43	6		
2	第十小学校	第一	(3) 69		(3) 64	(3) 67	(1) 65	(3) 51	(13) 368							(2) 12	31	10		
3	けやき台 小学校	第一	79	91	82	64	72	58	446	2	3	3	2	2	2	14	37	7		
4	西砂小学校	第二	96	79	89	96	92	84	536	3	3	3	3	3	3	18	30	4		
5	南砂小学校	第一	47	53	60	53	48	50	311	2	2	2	2	2	2	12	23	3		
6	若葉小学校	第一	(2) 27	(1) 21	(1) 37	(1) 31	(1) 27	(3) 43	(9) 186							(2) 7	28	3		
7	幸小学校	第一	70	69	62	72	69	70	412	2	2	2	2	2	2	12	23	3		
8	松中小学校	第二	63	81	70	62	82	75	433	2	3	2	2	3	2	14	31	4		
9	大山小学校	第一	50	47	56	56	65	82	356	2	2	2	2	2	3	13	26	3		
10	柏小学校	第一	101	88	97	91	103	95	575	3	3	3	3	3	3	18	30	10		
11	上砂川小学校	第二	114	108	103	108	111	117	661	3	3	3	3	3	3	18	31	15		
12	新生小学校	第二		(2) 98	(2) 106	(2) 88	(1) 89		(7) 531							(1) 16	30	10		
合 計										(53)								(8)	363	78
										5360								171		

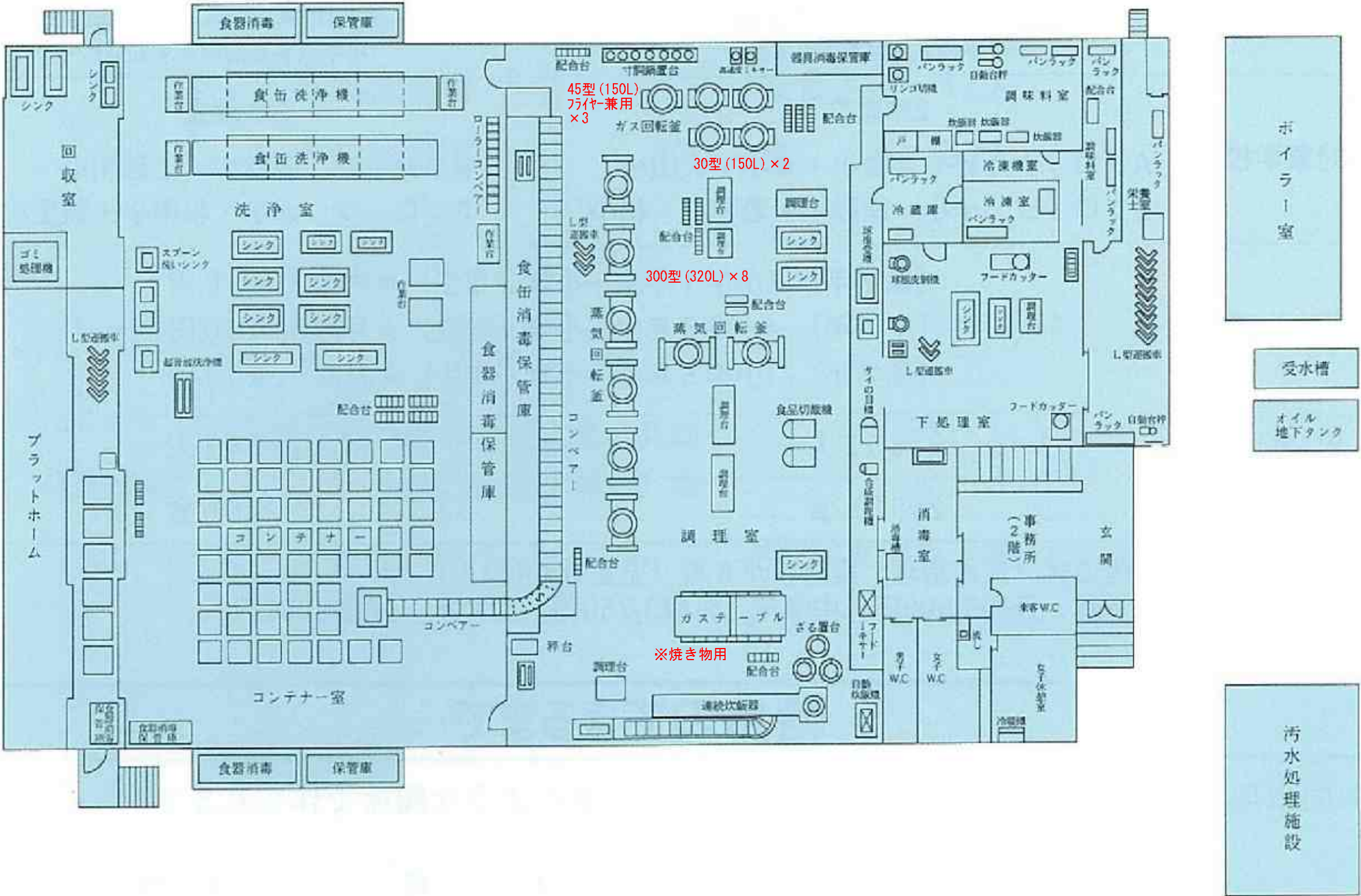
※ () は特別支援学級で外数

※ 日割り職員数とは、教職員、事務職員(事務補助員を含む)、用務員、介護員などで、概ね100日以上雇用されている非常勤職員の人数。

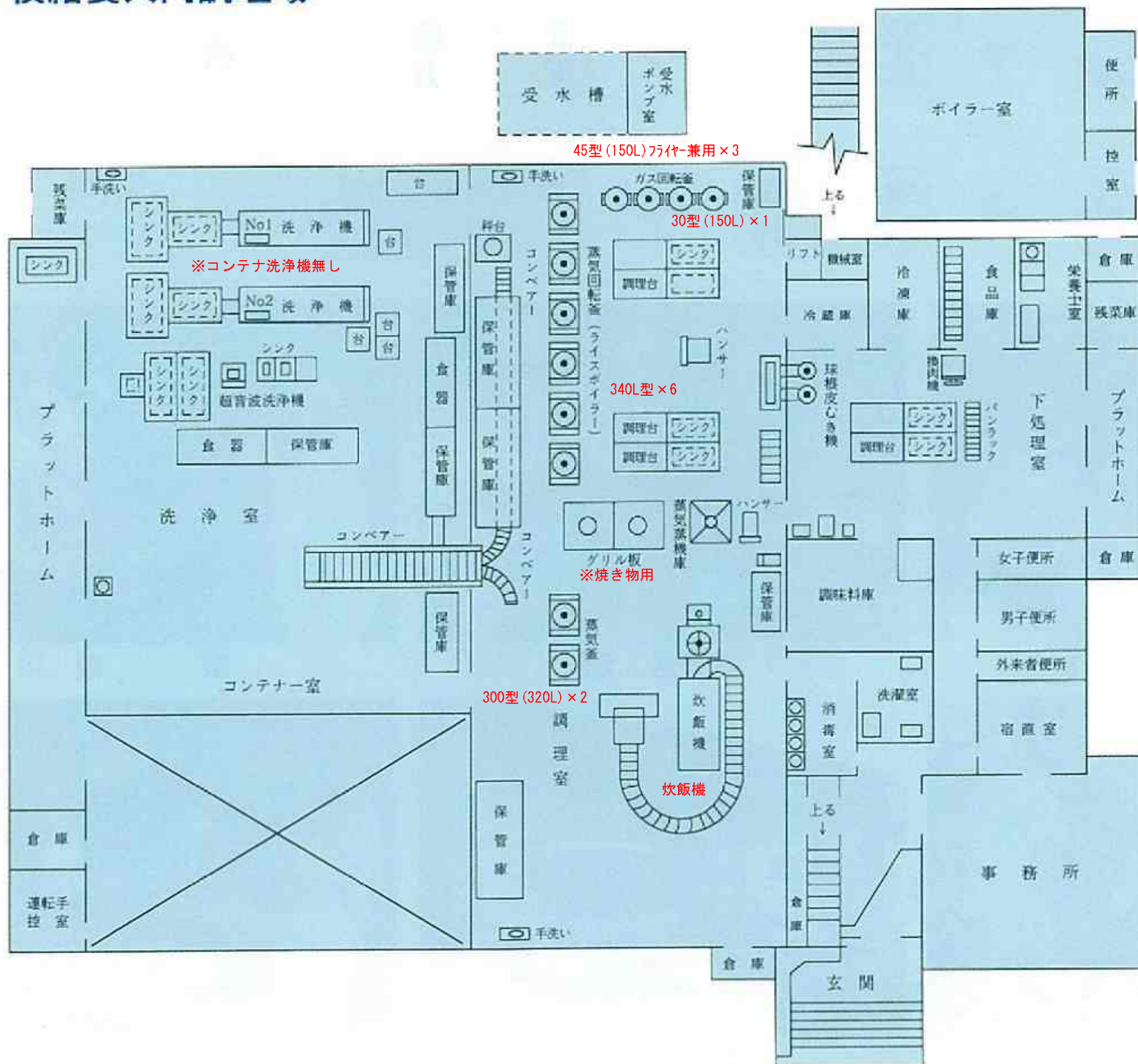
資料-10 各学校現況コンテナ数・小荷物運搬昇降機諸元

番号	学校名	現 共同 調理場	現況 コンテナ数	小荷物運搬昇降機				備考
				カゴ寸法(mm)			最大 積載量 (kg)	
				間口	奥行き	高さ		
1	第九小学校	第二	9	900	1100	1200	300	
2	第十小学校	第一	7	900	1100	1200	300	
3	けやき台小学校	第一	8	900	1060	1200	300	
4	西砂小学校	第二	9	950	1050	1200	250	
5	南砂小学校	第一	7	950	1100	1200	300	
6	若葉小学校	第一	5	900	1100	1200	300	
7	幸小学校	第一	7	900	1100	1200	300	
8	松中小学校	第二	8	1000	1000	1200	300	
9	大山小学校	第一	8	1000	1000	1200	300	
10	柏小学校	第一	9	1000	1000	1200	300	
11	上砂川小学校	第二	9	1000	1000	1200	300	
12	新生小学校	第二	9	900	1100	1200	300	
合計			95					

第一学校給食共同調理場



第二学校給食共同調理場





7月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	きゅうしょくひょう 給食目標 えいよう しどうもくひょう 栄養指導目標		すききらいしないで食べましょう さとう しお 砂糖や塩のとりすぎに注意しましょう			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				給食回数 12回		ざいりょうのはたらき			
こんだてめい				ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちようしを ととのえるもと（みどり）			
1 水		○		えだまめごはん ※あじのなんばんづけ のつべいじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう こあじ ★なまあげ	こめ でんぶん あぶら さといも さとう ごま こまあぶら	だいこん ★えだまめ つぼづけ さやいんげん こんにやく にんじん ごぼう ねぎ しょうが	※あじのなんばんづけは 1〜3ねん 3ぼん 4〜6ねん 4ぼん です。	
2 木	ソフト フランス	○	すいか ゼリー	なすとトマトのペンネグラタン かきたまスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★チーズ	★パン ★ベンネ あぶら でんぶん さとう ★バター ★こむぎこ みずあめ コーンスターチ	たまねぎ とうもろこし にんじん マッシュルーム ほうれんそう なす トマト パセリ すいか		
3 金		○	バレンシア オレンジ	こうやどうふのそぼろごはん いかのやさしいころもあげ みそしる	★ぎゅうにゅう ★いか わかめ ★とりにく ★たまご ★みそ ★こおりどうふ	こめ じゃがいも あぶら ★こむぎこ でんぶん さとう ごま	★バレンシアオレンジ しょうが にんにく たまねぎ にんじん こまつな ねぎ しいたけ しそ		
6 月	しょうじん りんご ジャム	○		タンドリーチキン マッシュポテト まめとやさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく いんげんまめ ★ヨーグルト	★パン りんごジャム じゃがいも ★バター あぶら	にんじん かぶ にんにく たまねぎ ほうれんそう セロリー ★レモン	※さけごはんは きざみのりをかけて たべます。	
7 火		○		ぶたキムチごはん はるまき とうふだんごのスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★みそ ★おきあみ ★とりにく	こめ あぶら でんぶん こまあぶら こむぎこ さとう ごま	しょうが だいこん にら にんじん ねぎ テンゲンサイ きくらげ たけのこ キャベツ しいたけ にんにく はくさい		
8 水	バター ロール	○	フルーツ みつめ	クリームシチュー ポイルやさしい(フレンチドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★えび かんてん ★チーズ レッドピース ★なまクリーム ★ウインナー	★パン じゃがいも さとう あぶら ★こむぎこ ★バター くらざとう	★みかん ★もも バインアップル パセリにんじん キャベツ たまねぎ ブロッコリー とうもろこし マッシュルーム		
9 木		○	もも (れいどう)	※さけごはん(きざみのり) けんちんじる にびたし	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★さけ ★とうふ かつおぶし ★たまご ちりめんじゃこ のり	こめ さといも あぶら さとう でんぶん こまあぶら ごま	★もも ほうれんそう ごぼう もやし にんじん こんにやく ねぎ だいこん さやえんどう	※たまごやきは、 トマトソースをかけて たべます。	
10 金	ショート ニング パン	○		さかなのバーベキューソース こふきいも ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン メルルーサ	★パン ★パスタ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ トマト セロリー ねぎ にんにく ★りんご しょうが		
13 月		○		なつやさしいカレー カラフルソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ウインナー ★チーズ ★だいず	こめ むぎ あぶら ★バター ★こむぎこ じゃがいも	たまねぎ ふくじんづけ とうもろこし あかピーマン トマト さやいんげん ズッキーニ なす しょうが かぼちゃ にんにく にんじん		
14 火	ミルク ツイスト	○		たまごやき(トマトソース) パスタソテー とろとろまめスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご いんげんまめ ★とうふ ★ぶたにく ★ベーコン	★パン ★こむぎこ じゃがいも あぶら ★バター さとう	たまねぎ パセリ にんじん カリフラワー さやいんげん トマト セロリー	※たまごやきは、 トマトソースをかけて たべます。	
15 水		○	バレンシア オレンジ	じゃこごはん ジャージャンどうふ いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまあげ ちりめんじゃこ ★みそ	こめ あぶら ごま こまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう ★バレンシアオレンジ ねぎ ★だいずもやし たけのこ にんじん にんにく ピーマン しいたけ しょうが		
16 木	むし パン	○		ちゃんぽんうどん ひじきとだいずのもの とうもろこし	★ぎゅうにゅう ひじき ★いか ★さつまあげ ★ぶたにく ★えび ★かまぼこ ★だいず	★パン ★うどん さとう あぶら	とうもろこし にんじん ねぎ ごぼう たけのこ キャベツ さやえんどう こんにやく		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	25.4g
国の標準	660 kcal	25.0g

好ききらいしないで
何でも食べてみよう

いろいろな食材や味を体験すること
とは、単に栄養を摂取するだけでなく、
味覚の発達にもつながります。
きらいなものでも何年後かに食べら
れるようになることもあるので、食
わずがらいにならずに少しずつでも
食べる努力をしてみましょう。



<<立川市学校給食共同調理場>>

今月の立川産の野菜



じゃがいも



トマト

なす
(13日)とうもろこし
(16日)

《1学期給食終了日》

7月15日	けやき台小 南砂小 若葉小 松中小
7月16日	十小 幸小 大山小 柏小 九小 西砂小 上砂川小 新生小

7月の器具表

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	こんだてめい	ベ ー カ ー	し き り	汁 わ ん	食 べ る 物	レ ー ド ル	お た ま	う ど ん 杓 子	パン ば さ み (大)	フ ラ イ ば さ み (小)	しゃ も じ (へ ら)	お た ま (小)	ソ ー ス ポ ット	※たべかたの ちゅうい ※そのた
1. 水	2. 木		○		えだ豆ごはん ※アジの南蛮漬 のついで汁 つぼ漬け	○		○	フ ォ ー ク は し	○				2	○		○	※アジの南蛮漬は 1～3ねん 3ぼん 4～6ねん 4ぼん です。
2. 木	1. 水	ソフトフラン ス 20.30.40	○	すいか ゼリー (柏木)	なすとトマトのペンネグラタン (アルミカップ) かき玉スープ		○	○	ス プ ー ン	○			2					
3. 金	6. 月		○	パレンシア オレンジ	高野豆腐のそぼろごはん いかの野菜衣揚げ みそ汁	○		○	フ ォ ー ク は し	○				○	○			
6. 月	3. 金	食パン(ジャム) 40.50.60 (イチマツ)	○		タンドリーチキン マッシュポテト 豆と野菜のスープ煮		○	○	フ ォ ー ク		○		○	○	○			
7. 火	8. 水		○		豚キムチごはん 春巻 豆腐だんごのスープ	○		○	ス プ ー ン は し	○				○	○			
8. 水	7. 火	バターロール 30.40.50 (イチマツ)	○	フルーツ みつ豆	クリームシチュー ポイル野菜(フレンチドレッシング)		○	○	ス プ ー ン		○	○	○					
9. 木	10. 金		○	もも 冷凍 (柏木)	さけごはん(きざみのり) けんちん汁 煮浸し	○		○	フ ォ ー ク は し	○	○			○	○			
10. 金	9. 木	ショートニングパン 30.40.50 (イチマツ)	○		魚のバーベキューソース 粉ふき芋 ミネストローネ		○	○	ス プ ー ン フ ォ ー ク	○	○	○	○	○		○	○	
13. 月	14. 火		○		夏野菜カレー カラフルソテー 福神漬け	○		○	ス プ ー ン	○	○	○		○	○		○	
14. 火	13. 月	ミルクツイス ト 30.40.50	○		卵焼(トマトソース) パスタソテー とろとろ豆スープ		○	○	ス プ ー ン フ ォ ー ク	○	○	2			○	○		
15. 水	16. 木		○	パレンシア オレンジ	じゃこ御飯 ジャージャー豆腐 炒めナムル	○		○	ス プ ー ン は し		○	○			○			
16. 木	15. 水	蒸しパン 40.50 (イチマツ)	○		ちゃんぽんうどん ひじきと大豆の煮物 とうもろこし		○	○	フ ォ ー ク は し		○	2	○	○				

・・・1年生のみ

＜立川市学校給食共同調理場＞

H21. 7月2日 A 作業工程表

[illegible]

H21. 7月3日 B 作業工程表

献立名	人	材料名	8:00	8:10	8:20	8:30	8:40	8:50	9:00	9:10	9:20	9:30	9:40	9:50	10:00	10:10	10:20	10:30	10:40	10:50	11:00				
タンドリーチキン	①	鶏肉	準備				漬け込み					ペンに並べる・焼き・数え													
	②	鶏肉	準備				漬け込み					ペンに並べる・焼き・数え													
	③	調味料	計量								ペンに並べる・焼き・数え(プラス 1人)														
マッシュポテト	④	じゃがいも				ピーラーA ④									調理⑤⑥・配缶④⑤⑥										
	⑤						下処理②⑤⑥																		
	⑥	バター								溶かす⑥															
豆と野菜のスープ	④	いんげん	下処理⑤							ゆでる①					調理④ (配缶 11:00 ④⑤⑥)										
		ベーコン																							
	⑤	にんじん				ピーラーB ④				下処理④ ⑤															
		かぶ	ピーラーB ④					下処理③④																	
		たまねぎ	ピーラーA ④・下処理③⑤																						
	⑥	ほうれん草	下処理⑥								ゆでる⑥														
		セロリー																							
		調味料						計量																	

学校給食記録簿

献立名				A	
牛乳 ソフトフランス なすとトマトのペンネグラタン かき玉スープ すいかゼリー				7月2日(木)	
				実人員	1324
				換算人員	1345
食品名	形状・規格	単位	可食量 (g)	使用量 (kg)	切り方・他
牛乳(普通牛乳)	206 g 200ml	本	206	1340本	
ソフトフランス	20 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	29	415こ	
	30 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	44	373こ	
	40 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	58	552こ	
ペンネ	デュラムセモリナ100%	g	15	20	茹でる
豚ひき肉	国産 脂肪15%以下	g	20	27	
たまねぎ	A2L	g	35	50	粗みじん
マッシュルーム水煮缶	ランダムスライス 1号缶 国産	g	7	5缶	
なす	A L	g	25	38	半月orいちよう 1cm厚
米白絞油	無添加 非遺伝子組替	g	3	4.1	
トマトケチャップ	3kg	g	8	4袋	
トマト	JA 完熟 L～2 L	g	10	14	
トマトピューレ	3kg	g	5	2袋	
ソース(ウスターソース)	1.8L へットボトル	g	3	4.1	
ナツメグ	()g缶	g	0.01	0.01	
天然の塩	1kg	g	0.2	0.27	
こしょう(白)		g	0.01	0.01	
砂糖	上白 30kg	g	0.4	0.5	
チキンストック		g	1	1.4	
小麦粉・薄力粉1等	国産100%1等粉	g	4	5.4	
バター		g	2	7こ	
サラダ油(米糠)	無添加 非遺伝子組換	g	1	1.4	
パセリ		g	0.5	0.8	
シュレッドチーズ	給食用 1kg	g	13	18	
サラダ油(米糠)	無添加 非遺伝子組換	g	1	1.4	
水		g	10	13.6	
アルミカップ	2 g 特大小判型 0.3	枚	2	1390枚	
豆腐(木綿)	木綿 原材料が国産	g	20	82丁	1.5cm角
たまねぎ	A2L	g	15	22	スライス
ホールコーン	1号缶	g	5	4缶	
にんじん	L～2L	g	10	14	せん切り
ほうれんそう	一束300g程度のもの	g	10	15	2～3cmカット あお茹で
鶏卵	遺伝子組換えのない飼料を使用 洗浄・殺菌済	g	12	19	
チキンストック		g	1	1.4	
塩	並塩	g	0.6	0.8	
こしょう(白)		g	0.01	0.01	
でん粉	北海道産 ジャガイモ	g	1	1.4	
しょうゆ(こいくち)	18L 国産丸大豆 非遺伝子組換	g	0.4	0.5	
水		g	125	170.1	
すいかゼリー	60 g (40) g 学校配達 容器回収なし	こ	60	1340こ	

なすとペンネのグラタン

- ①熱した釜にサラダ油・バターを溶かし、小麦粉を加えてルーをつくる。
- ②なすは素揚げする。
- ③ひき肉・たまねぎ・マッシュルームを炒め水を加えて煮る。ナツメグ・コンソメ・ケチャップ・ソース・砂糖・こしょうを加えてさらに煮る。
- ④味を見ながら塩を加え、ルーを入れて煮る。
- ⑤ボイルしたペンネと素揚げしたなすを加えませる。
- ⑥カップに分け入れて、パセリ、チーズをのせてオーブンで焼く。

かきたまスープ

- ①スープを作り、たまねぎ、にんじんを入れて、煮る。アクを取りコーンを加えさらに煮る。
- ②豆腐を入れ豆腐が浮いてきたら塩・こしょう・しょうゆで味付けをし、水溶きでんぷんを加える。
- ③スープをゆっくりかき回しながら、卵を少しずつ流し入れる。
- ④ほうれん草を加え味を整える。

学校給食記録簿

献立名				B		
牛乳 食パン りんごジャム タンドリーチキン マッシュポテト 豆と野菜のスープ煮				7月3日(金)		
				実人員	1579	
				換算人員	1587	
食品名	形状・規格	単位	可食量 (g)	使用量 (kg)	切り方・他	調理方法
牛乳（普通牛乳）	206 g 200ml	本	206	1494本		タンドリーチキン ①鶏肉は塩・こしょう・カレー粉で下味をつけておく。 ②材料を合わせて①の肉を漬け込む ③油を敷いた鉄板に②を並べ、ガラムマサラをふりかけオーブンで焼く。
食パン	40 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	56	520こ		
	50 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	70	403こ		
	60 g 国産小麦粉使用 当日焼き	こ	84	571こ		
りんごジャム	15 g 国産果実使用	こ	15	1580こ		
鶏肉もも 皮付	50 g 切り身	切	50	520切		
	60 g 切り身	切	60	420切		
	70 g 切り身	切	70	590切		
天然の塩	1kg	g	0.3	0.45		
こしょう（白）		g	0.01	0.01		
ワイン(白)	1.8L 酸化防止剤無添加	g	2	3		マッシュポテト ①じゃがいもをやわらかく茹でてマッシャーでつぶす。 ②①に溶かしバター・牛乳・調味料を入れ混ぜながら火をいれる。 (硬さは少しやわらかめでよい)
にんにく	ジャンボ	g	0.5	0.8	すりおろし	
トマトケチャップ	3kg	g	5	3袋		
ヨーグルト プレーン	1L	g	5	15こ		
カレー粉	2 k g 入り（S＆B）	g	0.3	0.45		
レモン・果汁	国産（ ）産（ ）g入（ ）	g	1	3袋		
ガラムマサラ	(200) g 入り	g	0.3	0.45		
じゃがいも（JA）	AL男爵	g	90	150	2 cm角程度	
牛乳	調理用	g	22	32本		
バター		g	4	13こ	溶かす	
天然の塩	1kg	g	0.5	0.75		豆と野菜のスープ煮 ①いんげん豆を煮て置く。 ②釜を熱しベーコンを炒め、にんじん・たまねぎ・セロリーを入れさっと炒める。 ③水を加え煮て、豆を入れる。調味料を加えボイルしたかぶを入れる。 ④最後にほうれん草を加え味を整える。
こしょう（白）		g	0.01	0.01		
ベーコン	短冊・せん切り 無添加 原材料が国産	g	10	15		
いんげんまめ(乾)	白	g	5	8	前日につけておく	
にんじん	L～2L	g	15	23	いちょう5mm	
かぶ・根	AL 葉付5cm以内	g	20	33	いちょう5mm ボイル	
たまねぎ	A2L	g	30	48	1.5 c mくし型	
ほうれんそう	一束300g程度のもの	g	10	17	2～3cmカット あお茹で	
セロリー		g	5	9	小口スライス	
サラダ油（米糠）	無添加 非遺伝子組換	g	0.5	0.7		
天然の塩	1kg	g	0.4	0.6		
こしょう（白）		g	0.02	0.03		
チキンストック		g	1	1.5		
水		g	60	90		



4月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 16回	給食目標 きゅうしよくひょう えいよう しどうもくひょう 栄養指導目標	安全と清潔に気をつけてたくをしよう みつ しよくひんぐん はたら 三つの食品群とその働きについて知る			※たべかたの ちゅうい ※そのた
						ざいりょうのはたらき			
こんだてめい					ちやにくに なるもと (あか)	ちからやねつに なるもと (き)	からだのちようしを ととのえるもと (みどり)		
8 水		○	きよみ オレンジ	なのはなずし あかうおのしおやき つくねじる	★ぎゅうにゅう あこうだい ★とりにく ★たまご ★あぶらあげ	こめ あぶら ★パンこ でんぶん さとう さといも ごま	★きよみオレンジ おぎ しいたけ にんじん かんぴょう れんこん ごぼう だいこん さやえんどう なのはな こまつな とうもろこし		
9 木		○	あべか わいも	とろみうどん だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★きなこ	★うどん さつまいも あぶら さとう でんぶん	★だいずもやし もやし にんじん ピーマン しめじ ねぎ にんにく こまつな たまねぎ しょうが		
10 金		○		※オムライス(トマトソース) とうにゅうスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★とうにゅう ★たまご	こめ ★バター じゃがいも ★こむぎこ あぶら さとう でんぶん	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム トマト	※オムライスは、 チキンライスのうえに うすやきたまごをのせ、 トマトソースをかけてたべます。	
13 月	ミルク ツイスト	○		さかなのバーベキューソース まめとやさいのスープに ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう メルルルーサ ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ ★たまご	★パン ★こむぎこ でんぶん じゃがいも あぶら さとう ごま	ごぼう だいこん にんじん かぶ たまねぎ ほうれんそう セロリー ★りんご ねぎ にんにく しょうが ★レモン		
14 火		○		ちゅうかおこわ はるまき こらたまスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく ★さくらえび	もちごめ こめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう ★こむぎこ	にら もやし しょうが しいたけ にんじん たけのこ グリンピース キャベツ ねぎ		
15 水	プチ フランス	○	りんご ゼリー	ラザニア やさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★りんご ★パスタ じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★バター さとう	★りんご にんじん ブロッコリー たまねぎ しめじ グリンピース トマト		
16 木		○		わかなごはん まつかぜやき けんちんじる ひじきのにつけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ひじき ★とうふ ★あぶらあげ ★だいず ★たまご ★みそ	こめ さといも あぶら ごま ★パンこ さとう	ごぼう こんにゃく ねぎ にんじん しいたけ ひろしまな きょうな だいこんのは だいこん しょうが		
17 金		○	もも (わいと)	スパゲッティベスカトーレ ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★えび ★ウインナー ★いか ほたて たこ ★ベーコン	★スバゲッティ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	★もも にんじん ブロッコリー とうもろこし たまねぎ マッシュルーム セロリー にんにく トマト パセリ ★レモン ゆず かぼす みかん)		
20 月		○		たけのこごはん ※やきししゃも だんごじる きざみこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう こんぶ ししゃも やきちくわ ★とりにく ★あぶらあげ	こめ しらたまもち あぶら さとう	はくさい にんじん たけのこ ごぼう しめじ さやえんどう ねぎ	※やきししゃもは、 1・2ねんは1ぼん 3〜6ねんは2ぼんです。	
21 火	コア マブル	○	キウイ フルーツ	チキンカツ ポイルキャベツ(ソース) じゃがいものベーコンに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★たまご	じゃがいも ★パン さとう ★こむぎこ ★パンこ あぶら	★キウイフルーツ キャベツ たまねぎ にんじん にんにく パセリ しょうが		
22 水		○		カレーライス ポイルやさい ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★えび ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら じゃがいも ★バター ★こむぎこ	キャベツ ふくじんづけ にんじん トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし たまねぎ グリンピース にんにく しょうが		
23 木	ソフト フランス	○	ミックス フルーツ	※にくだんごのもちごめむし なまあげのちゅうかに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★ぶたにく ★とりにく かんてん ★たまご	★パン もちごめ でんぶん ごまあぶら さとう あぶら	★みかん バインアップル ★もも ★りんご チンゲンサイ しいたけ にんじん ねぎ たけのこ はくさい しょうが たまねぎ	※にくだんごの もちごめむしは、 ひとり2こです。	
24 金		○		ごはん なつとう いかのさらさあげ ぶたじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★なつとう ★とうふ ★みそ	こめ あぶら さといも ★こむぎこ でんぶん	のざわな だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ こんにゃく		
27 月		○	かわち ばんかん	やきそば ※えびしゅうまい ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★えび ★だいず ★とりにく ★ぶたにく ★かまぼこ ★たまご	★むしゅうかめん あぶら でんぶん ★こむぎこ さとう ごまあぶら	★かわちばんかん にんじん ねぎ たけのこ キャベツ チンゲンサイ きくらげ もやし たまねぎ しょうが	※えびしゅうまいは、 ひとり2こです。	
28 火		○	デコボン	わかめごはん ちくわのいそべあげ にくどうふ	★ぎゅうにゅう ★ちくわ ★とうふ ★ぶたにく あおのり ★たまご わかめ	こめ むぎ あぶら ★こむぎこ ごま さとう	★デコボン たまねぎ にんじん しらたき グリンピース		
30 木	パイン ロール	○		さかなのオープンやき パセリポテト はくさいのクリームスープ	★ぎゅうにゅう たら ★ベーコン ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★バター オリーブあぶら あぶら ★パンこ	にんじん パセリ たまねぎ はくさい グリンピース しめじ にんにく		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

ご入学・ご進級おめでとうございます

<第一調理場>

Aブロック・・・けやき台小 ※大山小 柏小
Bブロック・・・十小 ※南砂小 若葉小 ☆幸小

<第二調理場>

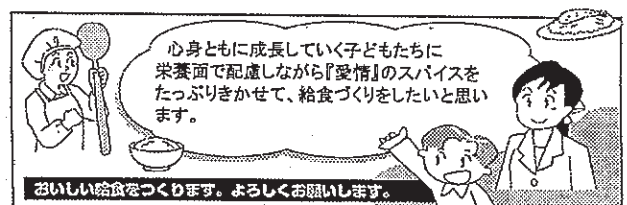
Aブロック・・・九小 上砂川小
Bブロック・・・西砂小 ※松中小 新生小
(※印の学校は9日、☆印の学校は10日から給食開始です)

《一年生の給食開始日》

4月13日(月)・・・柏小	17日(金)・・・大山小・九小	23日(木)・・・けやき台小
15日(水)・・・新生小	20日(月)・・・若葉小・幸小・松中小	24日(金)・・・南砂小
16日(木)・・・上砂川小	21日(火)・・・十小	27日(月)・・・西砂小

<お知らせ>

学校給食における食事摂取基準の改定に
 伴い、東京都の基準値が廃止になりました。
 ・平成21年度より、国の基準値を記載します。



<<立川市学校給食共同調理場>>



の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 16回		給食目標 安全と清潔に気をつけてたくをしよう 栄養指導目標 三つの食品群とその働きについて知る			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき				
					ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)		
8 水		○	あべか わいも	とろみうどん だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★きなこ	★うどん さつまいも あぶら さとう でんぶ	★だいずもやし もやし にんじん ピーマン しめじ ねぎ にんにく こまつな たまねぎ しょうが		
9 木		○	きよみ オレンジ	なのはなずし あかうおのおしおやき つくねじ	★ぎゅうにゅう あこうだい ★とりにく ★たまご ★あぶらあげ	こめ あぶら ★パンこ でんぶ さとう さといも ごま	★きよみオレンジ ねぎ しいたけ にんじん かんぴょう れんこん ごぼう だいこん さやえんどう なのはな こまつな とうもろこし		
10 金	ミルク ツイスト	○		さかなのバーベキューソース まめとやさいのスープに ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう メルルーサ ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ ★たまご	★パン ★こむぎこ でんぶ じゃがいも あぶら さとう ごま	ごぼう だいこん にんじん かぶ たまねぎ ほうれんそう セロリー ★りんご ねぎ にんにく しょうが ★レモン		
13 月		○		※オムライス(トマトソース) とうにゅうスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★とうにゅう ★たまご	こめ ★バター じゃがいも ★こむぎこ あぶら さとう でんぶ	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム トマト	※オムライスは、 チキンライスのうえに うすやきたまごをのせ、 トマトソースをかけて食べます。	
14 火	プチ フランス	○	りんご ゼリー	ラザニア やさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★りんご パスタ じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★バター さとう	★りんご にんじん ブロッコリー たまねぎ しめじ グリンピース トマト		
15 水		○		ちゅうかおこわ はるまき ニラたまスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく ★さくらえび	もちこめ こめ あぶら でんぶ ごまあぶら さとう ★こむぎこ	にら もやし しょうが しいたけ にんじん たけのこ グリンピース キャベツ ねぎ		
16 木		○	もも (わいどう)	スパゲッティベスカートレ ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★えび ★ウインナー ★いか ほたて たこ ★ベーコン	★スパゲッティ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	★もも にんじん ブロッコリー とうもろこし たまねぎ マッシュルーム セロリー にんにく トマト パセリ ★レモン ゆず かぼす みかん)		
17 金		○		わかなごはん まつかぜやき けんちんじる ひじきのにつけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ひじき ★とうふ ★あぶらあげ ★だいず ★たまご ★みそ	こめ さといも あぶら ごま ★パンこ さとう	ごぼう こんにやく ねぎ にんじん しいたけ ひろしまな きょうな だいこんのほ だいこん しょうが		
20 月	コア マール	○	キウイ フルーツ	チキンカツ ポイルキャベツ(ソース) じゃがいもベーコンに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★たまご	じゃがいも ★パン さとう ★こむぎこ ★パンこ あぶら	★キウイフルーツ キャベツ たまねぎ にんじん にんにく パセリ しょうが		
21 火		○		たけのごはん ※やきししやも だんごじる きざみこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう こんぶ ししやも やきちくわ ★とりにく ★あぶらあげ	こめ しらたまもち あぶら さとう	はくさい にんじん たけのこ ごぼう しめじ さやえんどう ねぎ	※やきししやもは、 1・2ねんは1ぼん 3〜6ねんは2ぼんです。	
22 水	ソフト フランス	○	ミックス フルーツ	※にくだんごのもちこめむし なまあげのちゅうかに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★ぶたにく ★とりにく かんてん ★たまご	★パン もちこめ でんぶ ごまあぶら さとう あぶら	★みかん バインアップル ★もも ★りんご チンゲンサイ しいたけ にんじん ねぎ たけのこ はくさい しょうが たまねぎ	※にくだんごの もちこめむしは、 ひとり2こです。	
23 木		○		カレーライス ポイルやさい ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★えび ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら じゃがいも ★バター ★こむぎこ	キャベツ ふくじんづけ にんじん トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし たまねぎ グリンピース にんにく しょうが		
24 金		○	かわち ばんかん	やきそば ※えびしゅうまい ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★えび ★だいず ★とりにく ★ぶたにく ★かまぼこ ★たまご	★むしちゅうかめん あぶら でんぶ ★こむぎこ さとう ごまあぶら	★かわちばんかん にんじん ねぎ たけのこ キャベツ チンゲンサイ きくらげ もやし たまねぎ しょうが	※えびしゅうまいは、 ひとり2こです。	
27 月		○		ごはん なつとう いかのさらさあげ ぶたじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★なつとう ★とうふ ★みそ	こめ あぶら さといも ★こむぎこ でんぶ	のざわな だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ こんにやく		
28 火	パイン ロール	○		さかなのオープンやき パセリポテト はくさいのクリームスープ	★ぎゅうにゅう たら ★ベーコン ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★バター オリーブあぶら あぶら ★パンこ	にんじん パセリ たまねぎ はくさい グリンピース しめじ にんにく		
30 木		○	デコボン	わかめごはん ちくわのいそべあげ にくどうふ	★ぎゅうにゅう ★ちくわ ★とうふ ★ぶたにく あおのり ★たまご わかめ	こめ むぎ あぶら ★こむぎこ ごま さとう	★デコボン たまねぎ にんじん しらたき グリンピース		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

ご入学・ご進級おめでとうございます

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	660 kcal	26.2g
国の標準	660 kcal	13~28g

＜お知らせ＞

学校給食における食事摂取基準の改定に
伴い、東京都の基準値が廃止になりました。
平成21年度より、国の基準値を記載します。

＜第一調理場＞

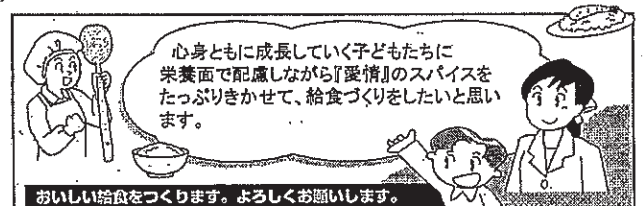
Aブロック・・・けやき台小 ※大山小 柏小
Bブロック・・・十小 ※南砂小 若葉小 ★幸小

＜第二調理場＞

Aブロック・・・九小 上砂川小
Bブロック・・・西砂小 ※松中小 新生小
(※印の学校は9日、★印の学校は10日から給食開始です)

《一年生の給食開始日》

4月13日(月)・・・柏小	17日(金)・・・大山小・九小	23日(木)・・・けやき台小
15日(水)・・・新生小	20日(月)・・・若葉小・幸小・松中小	24日(金)・・・南砂小
16日(木)・・・上砂川小	21日(火)・・・十小	27日(月)・・・西砂小



心身ともに成長していく子どもたちに
栄養面で配慮しながら『愛情』のスパイスを
たっぷりかかせて、給食づくりをしたいと思います。

おいしい給食をつくりまします。よろしくお願ひします。

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞

5月



の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

				給食目標		教室を整えて楽しく食事をしよう				
A ブ ロ ック	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数	18回	栄養指導目標	ご飯やパンは熱や力のもと			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい			ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちようしを ととのえるもと（みどり）	
1 金		○	ニュー サマー オレンジ	ゆかりごはん きすのてんがら はるやさいのもの、つぼづけ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく きす	こめ じゃがいも ★こむぎこ あぶら さとう	★ニューサマーオレンジ しそ たけのこ にんじん だいこん こんにやく さやえんどう			
7 木	むしパン	○	いちご ゼリー	ちゅうかちまき マーボー豆腐	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★みそ ★とうふ	★パン もちごめ ごまあぶら さとう でんぶ	たけのこ にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ にんにく しょうが いちご ★レモン			
8 金		○		カレーピラフ やさいのスープに ※かぼちゃフライ	★ぎゅうにゅう ★えび ほたて ★いか ★ぶたにく	こめ ★バター あぶら じゃがいも ★パンこ ★こむぎこ	にんじん ブロッコリー たまねぎ ピーマン かぼちゃ		※かぼちゃフライは ひとり2こです。	
11 月		○	ミルク スイート ポテト	みそうどん ひじきのにつけ	★ぎゅうにゅう ひじき ★ぶたにく ★さつまあげ ★なまクリーム ★だいず ★あぶらあげ ★みそ	★うどん さつまいも さとう ★バター あぶら	ごぼう こんにやく しょうが にんにく にんじん こまつな かぼちゃ ねぎ			
12 火		○	りんご	ちゅうかどん ※あげシュウマイ	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★ぶたにく ★だいず ★うずらたまご ★たまご	こめ ごま あぶら ★こむぎこ でんぶ ごまあぶら さとう	★りんご にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが きくらげ		※しゅうまいは ひとり2こです。	
13 水	マーガリン パン	○	フルーツ ヨーグルト	オムレツ(きのこソース) キャベツのクリームスープ	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ベーコン ★たまご	★パン あぶら さとう じゃがいも ★こむぎこ ★バター でんぶ	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ ★みかん ★もも パインアップル			
14 木		○	きよみ オレンジ	たきこみおこわ よしのに きびなごのからあげ	★ぎゅうにゅう きびなご ★いか ★とりにく ★あぶらあげ ★なまあげ ちくわ ★うずらたまご	もちごめ こめ ★こむぎこ でんぶ あぶら さとう	★きよみオレンジ だいこん にんじん ごぼう しいたけ たけのこ さやいんげん さやえんどう			
15 金	ミルク ツイスト	○		ミートローフ ごまこふきいも ミックスベジタブル	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★たまご ★だいず ★ウインナー ★チーズ	★パン じゃがいも ごま ★パンこ あぶら でんぶ さとう	たまねぎ にんじん とうもろこし さやいんげん			
18 月		○	ニュー サマー オレンジ	ピースごはん さかなのこうみあげ みそけんちんじる しぼづけ	★ぎゅうにゅう ホキ ★とうふ ★たまご ★あぶらあげ ★みそ	こめ ★こむぎこ ごま あぶら さとう	だいこん ★ニューサマーオレンジ にんじん グリーンピース ごぼう ねぎ にんにく こんにやく きゅうり なす みょうが しょうが しそのみ			
19 火		○	もも (わいとう)	ジャージャーめん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★みそ	★むしちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶ	★もも ほうれんそう もやし にんにく ねぎ たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが			
20 水		○		しめじごはん ※がんものにつけ さつまじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★がんもどき ★ぶたにく ★さつまあげ ★とりにく ★あぶらあげ ★とうふ ★みそ	こめ さとう じゃがいも あぶら	のざわな しめじ だいこん ねぎ にんじん こんにやく さやえんどう		※がんもどきは ひとり2こです。	
21 木	ショート ニング パン	○		メルルーサのマヨネーズやき ミネストローネ たらこスパゲッティ	★ぎゅうにゅう メルルーサ ベーコン たらこ ★チーズ いんげんまめ	★パン ★バター ★スパゲティ ★パンこ じゃがいも ★マヨネーズ	にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム セロリー パセリ ねぎ にんにく			
22 金		○	かわち ばんかん	チキンとまめのカレーライス アスパラガスとベーコンのソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★ぶたにく ★だいず ★チーズ	こめ むぎ あぶら じゃがいも ★バター さとう ★こむぎこ	★かわちばんかん アスパラガス ふくじんづけ たまねぎ にんじん とうもろこし セロリー ★りんご にんにく しょうが グリンピース			
25 月	ソフト フランス	○		※ししやもフライ ポイルキャベツ(ソース) すいとん ほうれんそうのいためもの	★ぎゅうにゅう ししやも ★えび ★とりにく ★たまご ★あぶらあげ	★パン しらたまこ ★こむぎこ あぶら ★パンこ ★バター	キャベツ ほうれんそう もやし にんじん とうもろこし はくさい だいこん しいたけ		※ししやもは ひとり2ほんです。	
26 火		○		チャーハン ※イカのチリソース わかめスープ	★ぎゅうにゅう ★いか ★とうふ ★とりにく ★ハム ★たまご わかめ	こめ でんぶ あぶら ★バター ごまあぶら さとう	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ さやえんどう にんにく こねぎ しょうが		※いかは ひとり2こです。	
27 水	くらぎとう パン	○	リング パン	ニラぶたおやき(たれ) とうふのうまに	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★うずらたまご ★ハム ★たまご	★パン ★こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう でんぶ	パインアップル には にんじん さやえんどう はくさい たまねぎ きくらげ ねぎ しょうが			
28 木		○	かわち ばんかん	ごはん まぐろのたつたあげ にくじゃが おかかあえ	★ぎゅうにゅう めかじき ★ぶたにく かつおぶし	こめ じゃがいも あぶら でんぶ ★こむぎこ さとう	キャベツ ★かわちばんかん にんじん しょうが たまねぎ こんにやく さやえんどう しいたけ			
29 金	バター ロール	○	ミックス フルーツ	マカロニのクリームに ウインナーのトマトいため	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ほたて ★とりにく ★なまクリーム	★パン ★マカロニ あぶら さとう ★バター ★こむぎこ	ピーマン マッシュルーム にんじん トマト たまねぎ アスパラガス ★みかん★もも パインアップル いちご			

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	677 kcal	26.5g
国の基準	660 kcal	13~28g

《保護者のみなさまへ》

「学校給食課」では、子どもたちの健康を考え、安全な食品を衛生的に調理することを心がけています。しかし、昨今の食材料費の値上がりや、給食費の滞納などの問題を受けて献立作成にも頭を痛めています。

学校給食の食材料費は、保護者のみなさまから納めていただく給食費で賄っています。給食費を滞納しますと食材料の購入に支障をきたし、正しく納められている保護者の方に大きな迷惑をかけることとなります。

保護者のみなさまには、大事なお子様のために、給食費を忘れずに納めていただくことをお願いいたします。

<<立川市学校給食共同調理場>>





の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食回数 18回 栄養指導目標 給食やパンは熱や力のもと				※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)	
1 金	むしパン	○	いちご ゼリー	ちゅうかちまき マーボー豆腐	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★みそ ★とうふ	★パン もちごめ ごまあぶら さとう でんぶ	たけのこ にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ にんにく しょうが いちご ★レモン	
7 木		○	ニュー サマー オレンジ	ゆかりごはん きすのてんぷら はるやさいのにももの つぼづけ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく きす	こめ じゃがいも ★こむぎこ あぶら さとう	★ニューサマーオレンジ しそ たけのこ にんじん だいこん こんにやく さやえんどう	
8 金		○	ミルク スイート ポテト	みそうどん ひじきのつけ	★ぎゅうにゅう ひじき ★ぶたにく ★さつまあげ ★なまクリーム ★だいず ★あぶらあげ ★みそ	★うどん さつまいも さとう ★バター あぶら	ごぼうこんにやく しょうが にんにく にんじん こまつな かぼちゃ ねぎ	
11 月		○		カレーピラフ やさいのスープに ※かぼちゃフライ	★ぎゅうにゅう ★えび ぼたて ★いか ★ぶたにく	こめ ★バター あぶら じゃがいも ★パンこ ★こむぎこ	にんじん ブロッコリー たまねぎ ピーマン かぼちゃ	※かぼちゃフライは ひとり2こです。
12 火	マーガリン パン	○	フルーツ ヨーグルト	オムレツ(きのこソース) キャベツのクリームスープ	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ベーコン ★たまご	★パン あぶら さとう じゃがいも ★こむぎこ ★バター でんぶ	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ ★みかん ★もも パインアップル	※しゅうまいは ひとり2こです。
13 水		○	りんご	ちゅうかどん ※あげシュウマイ	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★ぶたにく ★だいず ★うずらたまご ★たまご	こめ ごま あぶら ★こむぎこ でんぶ ごまあぶら さとう	★りんご にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが きくらげ	
14 木	ミルク ツイスト	○		ミートローフ ごまこふきいも ミックスベジタブル	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★たまご ★だいず ★ウインナー ★チーズ	★パン じゃがいも ごま ★パンこ あぶら でんぶ さとう	たまねぎ にんじん とうもろこし さやいんげん	
15 金		○	きよみ オレンジ	たきこみおこわ よしのに きびごのからあげ	★ぎゅうにゅう きびご ★いか ★とりにく ★あぶらあげ ★なまあげ ちくわ ★うずらたまご	もちごめ こめ ★こむぎこ でんぶ あぶら さとう	★きよみオレンジ だいこん にんじん ごぼう しいたけ たけのこ さやいんげん さやえんどう	
18 月		○	もも (れいどう)	ジャージャーめん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★みそ	★むしちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶ	★もも ほうれんそう もやし にんにく ねぎ たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが	
19 火		○	ニュー サマー オレンジ	ピースごはん さかなのこみあげ みそけんちんじる しぼづけ	★ぎゅうにゅう ホキ ★とうふ ★たまご ★あぶらあげ ★みそ	こめ ★こむぎこ ごま あぶら さとも	だいこん ★ニューサマーオレンジ にんじん グリーンピース ごぼう ねぎ にんにく こんにやく きゅうり なす みょうが しょうが しそのみ	
20 水	ショート ニング パン	○		メルルーサのマヨネーズやき ミネストローネ たらこスパゲティ	★ぎゅうにゅう メルルーサ ★ベーコン たらこ ★チーズ いんげんまめ	★パン ★バター ★スパゲティ ★パンこ じゃがいも ★マヨネーズ	にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム セロリー パセリ ねぎ にんにく	※がんもどきは ひとり2こです。
21 木		○		しめじごはん ※がんものにつけ さつまじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★がんもどき ★ぶたにく ★さつまあげ ★とりにく ★あぶらあげ ★とうふ ★みそ	こめ さとう じゃがいも あぶら	のざわな しめじ だいこん ねぎ にんじん こんにやく さやえんどう	
22 金	ソフト フランス	○		※ししゃもフライ ポイルキャベツ(ソース) すいとん ほうれんそうのいためもの	★ぎゅうにゅう ししゃも ★えび ★とりにく ★たまご ★あぶらあげ	★パン しらたまご ★こむぎこ あぶら ★パンこ ★バター	キャベツ ほうれんそう もやし にんじん とうもろこし はくさい だいこん しいたけ	
25 月		○	かわち ばんかん	チキンとまめのカレーライス アスパラガスとベーコンのソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★ぶたにく ★だいず ★チーズ	こめ むぎ あぶら じゃがいも ★バター さとう ★こむぎこ	★かわちばんかん アスパラガス ふくじんづけ たまねぎ にんじん とうもろこし セロリー ★りんご にんにく しょうが グリンピース	※いかは ひとり2こです。
26 火	くらざと パン	○	リング パイン	ニラぶたおやき(たれ) とうふのうまに	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★うずらたまご ★ハム ★たまご	★パン ★こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう でんぶ	パインアップル にら にんじん さやえんどう はくさい たまねぎ きくらげ ねぎ しょうが	
27 水		○		チャーハン ※イカのチリソース わかめスープ	★ぎゅうにゅう ★いか ★とうふ ★とりにく ★ハム ★たまご わかめ	こめ でんぶ あぶら ★バター ごまあぶら さとう	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ さやえんどう にんにく こねぎ しょうが	
28 木	バター ロール	○	ミックス フルーツ	マカロニのクリームに ウインナーのトマトいため	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ぼたて ★とりにく ★なまクリーム	★パン ★マカロニ あぶら さとう ★バター ★こむぎこ	ピーマン マッシュルーム にんじん トマト たまねぎ アスパラガス ★みかん★もも パインアップル いちご	
29 金		○	かわち ばんかん	ごはん まぐろのたつたあげ にくじゃが おかかあえ	★ぎゅうにゅう めかじき ★ぶたにく かつおぶし	こめ じゃがいも あぶら でんぶ ★こむぎこ さとう	キャベツ ★かわちばんかん にんじん しょうが たまねぎ こんにやく さやえんどう しいたけ	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	677 kcal	26.5g
国の基準	660 kcal	13~28g

《保護者のみなさまへ》

「学校給食課」では、子どもたちの健康を考え、安全な食品を衛生的に調理することを心がけています。しかし、昨今の食材料費の値上がりや、給食費の滞納などの問題を受けて献立作成にも頭を痛めています。

学校給食の食材料費は、保護者のみなさまから納めていただく給食費で賄っています。給食費を滞納しますと食材料の購入に支障をきたし、正しく納められている保護者の方に大きな迷惑をかけることとなります。

保護者のみなさまには、大事なお子様のために、給食費を忘れずに納めていただくことをお願いいたします。

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞





6月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 22回	給食目標	ていねいに手を洗おう			※たべかたの ちゅうい ※そのた
					給食回数 22回	栄養指導目標	小魚や海藻は、骨や歯を丈夫にする		
こんだてめい					ざいりょうのはたらき				
					ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)		
1 月		○		ごもくごはん ※ちくわのいそべあげ みそしる のぎわなづけ	★ぎゅうにゅう ちくわ あおのり ★あぶらあげ ★とりにく ★とうふ ★たまご ★みそ	こめ さといも あぶら ★こむぎこ さとう	のぎわな だいこん たけのこ こまつな にんじん しいたけ れんこん さやいんげん	※ちくわは 1・2ねん 1ぽん 3～6ねん 2ぽんです。	
2 火	※パオズ	○	アンニン どうふ	やきにく ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく ★スキムミルク	★パオズ あぶら さとう ごまあぶら ごま こめ でんぶん みずあめ ★バター	しょうが にんじん もやし にんにく きくらげ たまねぎ チンゲンサイ ねぎ ピーマン	※パオズはやきにくを はさんでたべます。	
3 水		○		ごはん さわらのみそづけやき ちくぜんに つぼづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく さわら ★みそ	こめ あぶら さとう ごま	だいこん にんじん こんにやく たけのこ ごぼう れんこん しいたけ さやいんげん		
4 木	バター ロール	○		ポーケストロガノフ パセリポテト ポイルやさ(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★バター さとう あぶら	キャベツ パセリ ブロッコリー とうもろこし たまねぎ トマト ピーマン マッシュルーム にんじん ★レモン ゆず かぼす みかん		
5 金		○	りんご	マーボーどん もやしのいためもの	★ぎゅうにゅう ★ハム ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	★りんご にんじん もやし にら とうもろこし ピーマン ねぎ にんにく しょうが		
8 月	ソフト フランス	○	シーク ソーサー ゼリー	マカロニグラタン やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★えび ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★マカロニ あぶら じゃがいも ★パンこ ★こむぎこ ★バター さとう	キャベツ たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリー パセリ ★シークソーサー		
9 火		○		ごはん いわしのかばやき ぶたじる きざみこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう いわし ★ぶたにく ★だいず こんぶ ★とりにく ★とうふ ★みそ	こめ でんぶん あぶら さといも さとう	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こんにやく	いわしは およぐカルシウム！	
10 水		○		やきそば ※むしシュウマイ とりにくとチンゲンサイのスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★とうふ ★かまぼこ ★たまご	★むしちゅうかめん あぶら ごまあぶら ★こむぎこ でんぶん ★だいず さとう	たけのこ きくらげ キャベツ ねぎ にんじん しょうが たまねぎ チンゲンサイ	※シュウマイは ひとり2こです。	
11 木		○	パレンシア オレンジ	なめし あかうおのしおやき のつべいに	★ぎゅうにゅう あこうだい ★とりにく ★なまあげ	こめ あぶら ごま さといも でんぶん さとう	★パレンシアオレンジ ひろしまな きょうな だいこん ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん		
12 金	ミルク ツイスト	○		チキンカツ キャベツのソテー こふきいも ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★たまご	★パン じゃがいも あぶら ごまあぶら ★こむぎこ ★パンこ でんぶん	キャベツ ピーマン セロリー あかピーマン にんにく にんじん ほうれんそう しょうが たまねぎ		
15 月		○	みしょう かん	カレーライス はなやさいのソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ	★みしょうかん ふくじんづけ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし にんじん トマト たまねぎ グリンピース にんにく しょうが	今月の 立川産の野菜 (15日以降)	
16 火		○		ごもくうどん あつやきたまご だいがくいも	★ぎゅうにゅう ★たまご ★えび ★とりにく ★かまぼこ ★あぶらあげ	★うどん さつまいも あぶら さとう でんぶん ごま	にんじん たまねぎ みつば しいたけ ほうれんそう ねぎ		
17 水		○		うめわかごはん めかじきのみそソース さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく めかじき わかめ ★あぶらあげ ★みそ	こめ あぶら でんぶん ★こむぎこ ごま さとう	だいこん にんじん ごぼう うめ しいたけ ねぎ たまねぎ	キャベツ	
18 木	ハニー トースト	○	パレンシア オレンジ	エビシチュー やさしいソテー	★ぎゅうにゅう ★えび ★ベーコン ★ハム ★チーズ ★なまクリーム	★パン ★バター じゃがいも はちみつ あぶら ★こむぎこ	もやし ★パレンシアオレンジ こまつな にんじん たまねぎ パセリ		
19 金		○		ひじきごはん いかのバターやき けんちんじる きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★いか ひじき ★とうふ ★あぶらあげ	こめ あぶら さといも ★バター さとう	きゅうり ごぼう こんにやく にんじん グリンピース ねぎ だいこん		
22 月	コア マール	○		さかなのエスカベッシュ マカロニのトマトソテー やさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★メルーサ ★ベーコン ★チーズ	★パン ★マカロニ でんぶん ★こむぎこ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	にんじん にんにく ブロッコリー たまねぎ トマト あかピーマン パセリ		
23 火		○		たまごチャーハン にくだんごとはくさいのスープ だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★ぶたにく	こめ あぶら ★パンこ でんぶん さとう	★だいずもやし にんじん ねぎ ピーマン にんにく しょうが はくさい パセリ きくらげ こまつな		
24 水		○		スパゲッティソテー アメリカンドッグ(トマトソース) カレースープに	★ぎゅうにゅう ★ソーセージ ★ぶたにく	★スパゲッティ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう ★バター でんぶん	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく パセリ グリンピース トマト		
25 木		○	みしょう かん	※ピビンバ (にく、やさしいりたまご、きざみのり) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★ぶたにく ★たまご やきのり	こめ あぶら さとう でんぶ ん ごまあぶら ごま	★みしょうかん にら しいたけ ねぎ にんにく しょうが もやし にんじん ほうれんそう	※ピビンバは、ごはんに にくとやさしい、たまご、のりを のせてたべます。	
26 金	ごま ロール	○	フルーツ ポンチ	チキンソテーマッシュルームソース ポイルキャベツ ポテリヨネーズ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★ウインナー ★チーズ ★ヨーグルト	★パン ごま じゃがいも あぶら ★バター でんぶん さとう サイダー	キャベツ ★みかん ★もも ★りんご にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース いちご		
29 月		○		えびとやさしいピラフ ※ポイルウインナー キャロットスープ	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ★えび ★なまクリーム ★とりにく	こめ ★バター さとう でんぶん あぶら	にんじん たまねぎ パセリ グリンピース とうもろこし トマト	※ポイルウインナーは ひとり2ぽんです。	
30 火	プリ オッシュ	○	りんご (れいとう)	おこのみやき(ソース) ぶたにくとはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご ★いか ★えび かつおぶし あおのり	★パン ★こむぎこ あぶら	★りんご にんじん もやし はくさい キャベツ にら ねぎ		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

魚でとれる カルシウム

魚(小魚)のカルシウム吸収率は約33%で、牛乳(約40%)に比べると少し低めです。しかし、魚には、カルシウムの吸収を高めるビタミンDが多く含まれています。成長期に丈夫な骨を形成するため、もっと魚を食べましょう。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	25.7g
国の基準	660 kcal	13～28g

<<立川市学校給食共同調理場>>



6月の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 22回		ていねいに手を洗おう 小魚や海藻は、骨や歯を丈夫にする			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				給食目標 えいよう し どうもくひよう 栄養指導目標	ざいりょうのはたらき				
こんだてめい				ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)			
1 月	※バオズ	○	アンニン どうふ	やきにく ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく ★スキムミルク	★バオズ あぶら さとう ごまあぶら ごま こめ でんぶん みずあめ ★バター	しょうが にんじん もやし にんにく きくらげ たまねぎ チンゲンサイ ねぎ ピーマン	※バオズはやきにくを はさんでたべます。	
2 火		○		ごもくごはん ※ちくわのいそあげ みそじる のぎわなづけ	★ぎゅうにゅう ★ちくわ あおのり ★あぶらあげ ★とりにく ★とうふ ★たまご ★みそ	こめ さといも あぶら ★こむぎこ さとう	のぎわな だいこん たけのこ こまつな にんじん しいたけ れんこん さやいんげん	※ちくわは 1・2ねん 1ぼん 3〜6ねん 2ぼんです。	
3 水	バター ロール	○		ポークストロガノフ パセリポテト ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★バター さとう あぶら	キャベツ パセリ ブロッコリー とうもろこし たまねぎ トマト ピーマン マッシュルーム にんじん ★(レモン ゆず かぼす みかん)		
4 木		○		ごはん さわらのみそづけやき ちくぜんに つぼづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく さわら ★みそ	こめ あぶら さとう ごま	だいこん にんじん こんにやく たけのこ ごぼう れんこん しいたけ さやいんげん		
5 金	ソフト フランス	○	シーク ワッサー ゼリー	マカロニグラタン やさいスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★えび ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★マカロニ あぶら じゃがいも ★パンこ ★こむぎこ ★バター さとう	キャベツ たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリー パセリ ★シークワッサー		
8 月		○	りんご	マーボーどん もやしのいためもの	★ぎゅうにゅう ★ハム ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	★りんご にんじん もやし にら とうもろこし ピーマン ねぎ にんにく しょうが		
9 火		○		やきそば ※むしシュウマイ とりにくとチンゲンサイのスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★とうふ ★かまぼこ ★たまご	★むしちゅうかめん あぶら ごまあぶら ★こむぎこ でんぶん ★だいず さとう	たけのこ きくらげ キャベツ ねぎ にんじん しょうが たまねぎ チンゲンサイ	※シュウマイは ひとり2こです。	
10 水		○		ごはん いわしのかばやき ぶたじる きざみこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう いわし ★ぶたにく ★だいず こんぶ ★とりにく ★とうふ ★みそ	こめ でんぶん あぶら さといも さとう	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こんにやく		
11 木	ミルク ツイスト	○		チキンカツ キャベツのソテー こふきいも ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★たまご	★パン じゃがいも あぶら ごまあぶら ★こむぎこ ★パンこ でんぶん	キャベツ ピーマン セロリー あかピーマン にんにく にんじん ほうれんそう しょうが たまねぎ	いわしは およくカルシウム!	
12 金		○	バレンシア オレンジ	なめし あかうおのしおやき のっぺい	★ぎゅうにゅう あこうだい ★とりにく ★なまあげ	こめ あぶら ごま さといも でんぶん さとう	★バレンシアオレンジ ひろしまな きょうな だいこん ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん		
15 月		○		ごもくうどん あつやきたまご だいがくいも	★ぎゅうにゅう ★たまご ★えび ★とりにく ★かまぼこ ★あぶらあげ	★うどん さつまいも あぶら さとう でんぶん ごま	にんじん たまねぎ みつば しいたけ ほうれんそう ねぎ	今日の 立川産の野菜 (15日以降)	
16 火		○	みしょう かん	カレーライス はなやさいのソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ	★みしょうかん ふくじんづけ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし にんじん トマト たまねぎ グリンピース にんにく しょうが	 キャベツ	
17 水	ハニー トースト	○	バレンシア オレンジ	エビシチュー やさいソテー	★ぎゅうにゅう ★えび ★ベーコン ★ハム ★チーズ ★なまクリーム	★パン ★バター じゃがいも はちみつ あぶら ★こむぎこ	もやし ★バレンシアオレンジ こまつな にんじん たまねぎ パセリ		
18 木		○		うめわかごはん めかじきのみソース さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく めかじき わかめ ★あぶらあげ ★みそ	こめ あぶら でんぶん ★こむぎこ ごま さとう	だいこん にんじん ごぼう うめ しいたけ ねぎ たまねぎ		
19 金	コア マープル	○		さかなのエスカベッシュ マカロニのトマトソース やさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく メルルーサ ★ベーコン ★チーズ	★パン ★マカロニ でんぶん ★こむぎこ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	にんじん にんにく ブロッコリー たまねぎ トマト あかピーマン パセリ		
22 月		○		ひじきごはん いかのバターやき けんちんじる きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★いか ひじき ★とうふ ★あぶらあげ	こめ あぶら さといも ★バター さとう	きゅうり ごぼう こんにやく にんじん グリンピース ねぎ だいこん		
23 火		○		スパゲッティソテー アメリカンドック(トマトソース) カレースープに	★ぎゅうにゅう ★ソーセージ ★ぶたにく	★スパゲッティ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう ★バター でんぶん	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく パセリ グリンピース トマト		
24 水		○		たまごチャーハン にくだんごとはくさいのスープ だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★ぶたにく	こめ あぶら ★パンこ でんぶん さとう	★だいずもやし にんじん ねぎ ピーマン にんにく しょうが はくさい パセリ きくらげ こまつな		
25 木	ごま ロール	○	フルーツ ポンチ	チキンソテーマッシュルームソース ポイルキャベツ ポテトリヨネーズ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★ウインナー ★チーズ ★ヨーグルト	★パン ごま じゃがいも あぶら ★バター でんぶん さとう サイダー	キャベツ ★みかん ★もも ★りんご にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース いちご		
26 金		○	みしょう かん	※ピピンバ (にく、やさしいりたまご、きざみのり) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★ぶたにく ★たまご やきり	こめ あぶら さとう でんぶ ん ごまあぶら ごま	★みしょうかん にら しいたけ ねぎ にんにく しょうが もやし にんじん ほうれんそう	※ピピンバは、ごはん にくとやさしいたまご、のりを のせてたべます。	
29 月	プリ オッシュ	○	りんご (れいどう)	おこのみやき(ソース) ぶたにくとはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご ★いか ★えび かつおぶし あおのり	★パン ★こむぎこ あぶら	★りんご にんじん もやし はくさい キャベツ にら ねぎ		
30 火		○		えびとやさいのピラフ ※ポイルウインナー キャロットスープ	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ★えび ★なまクリーム ★とりにく	こめ ★バター さとう でんぶん あぶら	にんじん たまねぎ パセリ グリンピース とうもろこし トマト	※ポイルウインナーは ひとり2ぼんです。	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

魚でとれる カルシウム

魚(小魚)のカルシウム吸収率は約33%で、牛乳(約40%)に比べると少し低めです。しかし、魚には、カルシウムの吸収を高めるビタミンDが多く含まれています。成長期に丈夫な骨を形成するため、もっと魚を食べましょう。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	25.7g
国の基準	660 kcal	13〜28g

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞



の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

☆★				給食回数 12回		給食目標 きゅうしよくひょう えいよう しどうもくひょう 栄養指導目標		すききらいしないで食べましょう さとう しお 砂糖や塩のとりすぎに注意しましょう					
A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	こんだてめい		ざいりょうのはたらき						※たべかたの ちゅうい ※そのた	
						ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちようしを ととのえるもと（みどり）					
1	水	○		えだまめごはん ※あじのなんばんづけ のっぺいじる つぼづけ		★ぎゅうにゅう こあじ ★なまあげ	こめ でんぶん あぶら さといも さとう ごま ごまあぶら	だいこん ★えだまめ つぼづけ さやいんげん こんにやく にんじん ごぼう ねぎ しょうが				※あじのなんばんづけは 1～3ねん 3ぼん 4～6ねん 4ぼん です。	
2	木	ソフト フランス	○	すいか ゼリー	なすとトマトのペンネグラタン かきたまスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★チーズ	★パン ★ペンネ あぶら でんぶん さとう ★バター ★こむぎこ みずあめ コーンスターチ	たまねぎ とうもろこし にんじん マッシュルーム ほうれんそう なす トマト パセリ すいか					
3	金		○	バレンシア オレンジ	こうやどうふのそぼろごはん いかのやさしいころもあげ みそしる	★ぎゅうにゅう ★いか わかめ ★とりにく ★たまご ★みそ ★こおりどうふ	こめ じゃがいも あぶら ★こむぎこ でんぶん さとう ごま	★バレンシアオレンジ しょうが にんにく たまねぎ にんじん こまつな ねぎ しいたけ しそ					
6	月	しょうけい りんご ジャム	○		タンダリーチキン マッシュポテト まめとやさしいのスープに	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく いんげんまめ ★ヨーグルト	★パン りんごジャム じゃがいも ★バター あぶら	にんじん かぶ にんにく たまねぎ ほうれんそう セロリー ★レモン					
7	火		○		ぶたキムチごはん はるまき とうふだんごのスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★みそ ★おきあみ ★とりにく	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら こむぎこ さとう ごま	しょうが だいこん には にんじん ねぎ チンゲンサイ きくらげ たけのこ キャベツ しいたけ にんにく はくさい					
8	水	バター ロール	○	フルーツ みつめ	クリームシチュー ポイルやさしい(フレンチドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★えび かんてん ★チーズ レッドピース ★なまクリーム ★ウインナー	★パン じゃがいも さとう あぶら ★こむぎこ ★バター くらざとう	★みかん ★もも パインアップル パセリにんじん キャベツ たまねぎ ブロッコリー とうもろこし マッシュルーム					
9	木		○	もも (れいとう)	※さけごはん(きざみのり) けんちんじる にびたし	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★さけ ★とうふ かつおぶし ★たまご ちりめんじゃこ のり	こめ さといも あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	★もも ほうれんそう ごぼう もやし にんじん こんにやく ねぎ だいこん さやえんどう				※さけごはんは きざみのりをかけて たべます。	
10	金	ショート ニング パン	○		さかなのバーベキューソース こふきいも ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン メルルーサ	★パン ★パスタ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ トマト セロリー ねぎ にんにく ★りんご しょうが					
13	月		○		なつやさいカレー カラフルソー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ウインナー ★チーズ ★だいた	こめ むぎ あぶら ★バター ★こむぎこ じゃがいも	たまねぎ ふくじんづけ とうもろこし あかピーマン トマト さやいんげん ズッキーニ なす しょうが かぼちゃ にんにく にんじん					
14	火	ミルク ツイスト	○		たまごやき(トマトソース) パスタソー とろとろまめスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご いんげんまめ ★とうふ ★ぶたにく ★ベーコン	★パン ★こむぎこ じゃがいも あぶら ★バター さとう	たまねぎ パセリ にんじん カリフラワー さやいんげん トマト セロリー				※たまごやきは、 トマトソースをかけて たべます。	
15	水		○	バレンシア オレンジ	じゃこごはん ジャージャンどうふ いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまあげ ちりめんじゃこ ★みそ	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう ★バレンシアオレンジ ねぎ ★だいたもやし たけのこ にんじん にんにく ピーマン しいたけ しょうが					
16	木	むし パン	○		ちゃんぽんうどん ひじきとだいたいのもの とうもろこし	★ぎゅうにゅう ひじき ★いか ★さつまあげ ★ぶたにく ★えび ★かまぼこ ★だいた	★パン ★うどん さとう あぶら	とうもろこし にんじん ねぎ ごぼう たけのこ キャベツ さやえんどう こんにやく					

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	25.4g
国の標準	660 kcal	25.0g

好ききらいしないで
何でも食べてみよう

いろいろな食材や味を体験すること、単に栄養を摂取するだけでなく、味覚の発達にもつながります。きらいなものでも何年後かに食べられるようになることもあるので、食わず嫌いにならずに少しずつでも食べる努力をしてみましょう。



＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞

今月の立川産の野菜



じゃがいも



トマト



なす
(13日)



とうもろこし
(16日)

《1学期給食終了日》

7月15日 けやき台小 南砂小 若葉小 松中小
7月16日 十小 幸小 大山小 柏小
九小 西砂小 上砂川小 新生小



の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 12回	きゅうしよくひょう 給食目標	すききらいしないで食べましょう	※たべかたの ちゅうい ※そのた	
					えいよう しどうもくひょう 栄養指導目標	さとう しお 砂糖や塩のとりすぎに注意しましょう		
					ざいりょうのはたらき			
こんだてめい					ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)	
1 水	ソフト フランス	○	すいか ゼリー	なすとトマトのペンネグラタン かきたまスープ	★ぎゅうにゅう ★どうふ ★ぶたにく ★たまご ★チーズ	★パン ★ペンネ あぶら でんぶん さとう ★バター ★こむぎこ みずあめ コーンスターチ	たまねぎ どうもろこし にんじん マッシュルーム ほうれんそう なす トマト パセリ すいか	
2 木		○		えだまめごはん ※あじのなんばんづけ のつべいじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう こあじ ★なまあげ	こめ でんぶん あぶら さといも さとう ごま ごまあぶら	だいこん ★えだまめ つぼづけ さやいんげん こんにやく にんじん ごぼう ねぎ しょうが	※あじのなんばんづけは 1～3ねん 3ぼん 4～6ねん 4ぼん です。
3 金	しょうり りんご ジャム	○		タンドリーチキン マッシュポテト まめとやさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく いんげんまめ ★ヨーグルト	★パン りんごジャム じゃがいも ★バター あぶら	にんじん かぶ にんにく たまねぎ ほうれんそう セロリー ★レモン	
6 月		○	パレンシア オレンジ	こうやどうふのそぼろごはん いかのやさいころもあげ みそしる	★ぎゅうにゅう ★いか わかめ ★とりにく ★たまご ★みそ ★こおりどうふ	こめ じゃがいも あぶら ★こむぎこ でんぶん さとう ごま	★パレンシアオレンジ しょうが にんにく たまねぎ にんじん こまつな ねぎ しいたけ しそ	
7 火	バター ロール	○	フルーツ みつめ	クリームシチュー ポイルやさい(フレンチドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★えび かんてん ★チーズ レッドピース ★なまクリーム ★ウインナー	★パン じゃがいも さとう あぶら ★こむぎこ ★バター くらざとう	★みかん ★もも バインアップル パセリにんじん キャベツ たまねぎ ブロッコリー どうもろこし マッシュルーム	
8 水		○		ぶたキムチごはん はるまき とうふだんごのスープ	★ぎゅうにゅう ★どうふ ★ぶたにく ★たまご ★みそ ★おきあみ ★とりにく	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら こむぎこ さとう ごま	しょうが だいこん にら にんじん ねぎ テンゲンサイ きくらげ たけのこ キャベツ しいたけ にんにく はくさい	
9 木	ショート ニング パン	○		さかなのバーベキューソース こふきいも ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン メルルーサ	★パン ★バスタ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ トマト セロリー ねぎ にんにく ★りんご しょうが	
10 金		○	もも (わいと)	※さけごはん(きざみのり) けんちんじる にびたし	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★さけ ★どうふ かつおがし ★たまご ちりめんじゃこ のり	こめ さといも あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	★もも ほうれんそう ごぼう もやし にんじん こんにやく ねぎ だいこん さやえんどう	※さけごはんは きざみのりをかけて たべます。
13 月	ミルク ツイスト	○		※たまごやき(トマトソース) パスタソース とろとろまめスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご いんげんまめ ★どうふ ★ぶたにく ★ベーコン	★パン ★こむぎこ じゃがいも あぶら ★バター さとう	たまねぎ パセリ にんじん カリフラワー さやいんげん トマト セロリー	※たまごやきは、 トマトソースをかけて たべます。
14 火		○		なつやさいカレー カラフルソー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ウインナー ★チーズ ★だいた	こめ むぎ あぶら ★バター ★こむぎこ じゃがいも	たまねぎ ふくじんづけ どうもろこし あかピーマン トマト さやいんげん ズッキーニ なす しょうが かぼちゃ にんにく にんじん	
15 水	むし パン	○		ちゃんぽんうどん ひじきとだいたのり とうもろこし	★ぎゅうにゅう ひじき ★いか ★さつまあげ ★ぶたにく ★えび ★かまぼこ ★だいた	★パン ★うどん さとう あぶら	とうもろこし にんじん ねぎ ごぼう たけのこ キャベツ さやえんどう こんにやく	
16 木		○	パレンシア オレンジ	じゃこごはん ジャージャーどうふ いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★なまあげ ちりめんじゃこ ★みそ	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう ★パレンシアオレンジ ねぎ ★だいたすもやし たけのこ にんじん にんにく ピーマン しいたけ しょうが	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	25.4g
国の標準	660 kcal	25.0g

好ききらいしないで
何でも食べてみよう

いろいろな食材や味を体験すること
とは、単に栄養を摂取するだけでな
く、味覚の発達にもつながります。
きらいなものでも何年後かに食べら
れるようになることもあるので、食
わずきらいにならずに少しずつでも
食べる努力をしてみましょう。



<<立川市学校給食共同調理場>>

今月の立川産の野菜



じゃがいも



トマト



なす

(13日)



とうもろこし

(16日)

《1学期給食終了日》

7月15日 けやき台小 南砂小 若葉小 松中小

7月16日 十小 幸小 大山小 柏小
九小 西砂小 上砂川小 新生小

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 18回		給食目標 正しい姿勢でよくがんで食べましょう 栄養指導目標 色の薄い野菜は体の調子を整える			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき				
					ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちょうしを ととのえるもと（みどり）		
2 水		○		カレーライス ふくじんづけ はなやさいのソテー	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ ごま	ブロッコリー カリフラワー とうもろこし にんじん たまねぎ にんにく しょうが だいこん なす しそ れんこん トマト	※えびシウマイは ひとり 2こです。	
3 木	むしパン	○	みかん	かいせんチャンポン ちゅうかふうたまごやき	★ぎゅうにゅう ★かに ★ぶたにく たこ ★えび ★とうふ ★たまご ★なると	★パン ★おきなわめん あぶら さとう でんぶ	みかん たけのこ しいたけ ねぎ キャベツ ★もやし にんじん たまねぎ にら とうもろこし		
4 金		○		わかめごはん ホキのガーリックソテー けんちんじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ホキ ★とうふ わかめ	こめ さといも ごま ★こむぎこ あぶら ★バター ごまあぶら	のざわな ごぼう こんにやく にんじん にんにく ねぎ だいこん レモン かねぎ		
7 月	ソフト フランス	○		ぶたにくのトマトに こふきいも アスパラガスとベーコンのソテー	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン	★パン じゃがいも あぶら さとう	アスパラガス たまねぎ トマト にんじん あかピーマン とうもろこし マッシュルーム パセリ にんにく		
8 火		○		ちゅうかピラフ ※えびシウマイ ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく ★だいず ★えび ★たまご	こめ あぶら ごまあぶら でんぶ ★こむぎこ さとう	にんじん ★もやし きくらげ たけのこ チンゲンサイ しいたけ ねぎ たまねぎ しょうが		
9 水	ミルク ツイスト	○	あまなつ (かんづめ)	とりにくとやさいのあげに ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★だいず ★たまご	★パン ごま でんぶ あぶら じゃがいも さとう	ごぼう だいこん にんじん ねぎ しょうが にんにく たまねぎ レモン とうもろこし あまなつみかん		
10 木		○	きよほう	しめじごはん しいやものかわりあげ よしのに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ しいやも ★とりにく ★あぶらあげ ★たまご しいか ★うずらたまご	こめ ★こむぎこ ごま あぶら さとう でんぶ	きよほう しめじ だいこん にんじん ごぼう さやえんどう たけのこ さやいんげん		
11 金	バター ロール	○		ヘルシーハンバーガー ミックスベジタブル ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★とうふ ★たまご ★おから ★だいず	★パン あぶら ★パンこ でんぶ さとう	たまねぎ にんじん セロリー とうもろこし ほうれんそう トマト		
14 月		○		ゆかりごはん めかじきのたつたあげ さわにわん	★ぎゅうにゅう めかじき ★ぶたにく ★あぶらあげ	こめ あぶら でんぶ ★こむぎこ	だいこん にんじん しょうが ごぼう しいたけ しそ ねぎ		
15 火	ショート ニング パン	○	りんご ゼリー	※オムレツグラタン やさいスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうにゅう ★ベーコン ★えび ★たまご ★サワークリーム	★パン ★バスタ ★バター ★こむぎこ じゃがいも さとう	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー パセリ ★りんご		
16 水		○	みかん	ぶたバラあんかけごはん ※いかのしょうがやき	★ぎゅうにゅう しいか ★ぶたにく	こめ あぶら さとう ごまあぶら でんぶ	みかん しょうが たけのこ はくさい しいたけ にんじん チンゲンサイ ねぎ にんにく		
17 木	マーガリン (かしわ おり)	○	ミックス フルーツ	チキンカツ ポイルキャベツ(ソース) ※あおだいのチャウダー	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★だいず ★たまご ★ベーコン ★とうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★パンこ あぶら	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん みかん パインアップル ★もも ★りんご		
18 金		○		ごはん さんまのかばやき だんごじる ひじきのにつけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく さんま ひじき ★あぶらあげ ★さつまあげ ★だいず	こめ あぶら でんぶ さといも さとう しらすたまも	にんじん だいこん ごぼう しめじ ねぎ こまつな		
24 木	ガーリック トースト	○		ビーフシチュー やさいソテー	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★ハム ★チーズ	★パン ★バター じゃがいも あぶら ★こむぎこ	★もやし こまつな にんにく たまねぎ パセリ にんじん トマト とうもろこし グリンピース しょうが		
25 金		○	もも (わいと)	マーボーどん だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶ ごまあぶら	★だいずもやし にんじん ピーマン にんにく ねぎ しょうが ★もも		
28 月		○	みかん	※きつねもちうどん カレーにくじゃが	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★あぶらあげ ★だいず ★とりにく ★かまぼこ	★うどん もち じゃがいも さとう あぶら	にんじん たまねぎ こんにやく こまつな ねぎ みかん		
29 火		○		にしよそぼろごはん てんぷら(かぼちゃ) とうがんのみそしる	★ぎゅうにゅう ★あぶらあげ わかめ ★たまご ★みそ ★とりにく	こめ ★こむぎこ あぶら さとう	かぼちゃ とうがん ねぎ にんじん しょうが さやえんどう		
30 水	ミルク コッパ	○	ジ ョ ア	※セルフドック(ウインナー・キャベツ) あきのみかシチュー	★ジョア ★ソーセージ ★とりにく ★だいず ★チーズ ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	★パン さつまいも あぶら くり ★バター ★こむぎこ	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ みかん		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

24日の「ビーフシチュー」は国産牛肉を使用します。



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	660 kcal	26.0g
国の標準	660 kcal	13～28g

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞

二学期の給食開始日

9月2日(水)

けやき台小・南砂小・若葉小
幸小・大山小・柏小・第九小
西砂小・松中小・上砂川小
新生小
第十小

9月3日(木)



9月の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 18回		給食目標 きゆうしよくひよう えいようし どうもくひよう 栄養指導目標	正しい姿勢でよくかんで食べましょう ただ しせい いろ うす やさい からだ ちょうし ととの 色の薄い野菜は体の調子を整える		
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき			※たべかたの ちゅうい ※そのた	
					ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちょうしを ととのえるもと（みどり）		
2 水	むしパン	○	みかん	かいせんチャンポン ちゅうかふうたまごやき	★ぎゅうにゅう ★かに ★ぶたにく たこ ★えび ★とうふ ★たまご ★なると	★パン ★おきなわめん あぶら さとう でんぶん	みかん たけのこ しいたけ ねぎ キャベツ ★もやし にんじん たまねぎ にら とうもろこし	※えびシウマイは ひとり 2こです。	
3 木		○		カレーライス ふくじんづけ はなやさいのソテー	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ	こめ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ ごま	ブロッコリー カリフラワー とうもろこし にんじん たまねぎ にんにく しょうが だいこん なす しそ れんこん トマト		
4 金	ソフト フランス	○		ぶたにくのトマトに こふきいも アスパラガスとベーコンのソテー	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン	★パン じゃがいも あぶら さとう	アスパラガス たまねぎ トマト にんじん あかピーマン とうもろこし マッシュルーム パセリ にんにく		
7 月		○		わかめごはん ホキのガーリックソテー けんちんじる のぎわなづけ	★ぎゅうにゅう ホキ ★とうふ わかめ	こめ さといも ごま ★こむぎこ あぶら ★バター ごまあぶら	のぎわな ごぼう こんにゃく にんじん にんにく ねぎ だいこん レモン こねぎ		
8 火	ミルク ツイスト	○	あまなつ (かんづめ)	とりにくとやさいのあげに ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★だいず ★たまご	★パン ごま でんぶん あぶら じゃがいも さとう	ごぼう だいこん にんじん ねぎ しょうが にんにく たまねぎ レモン とうもろこし あまなつみかん		
9 水		○		ちゅうかピラフ ※えびシウマイ ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく ★だいず ★えび ★たまご	こめ あぶら ごまあぶら でんぶん ★こむぎこ さとう	にんじん ★もやし きくらげ たけのこ チンゲンサイ しいたけ ねぎ たまねぎ しょうが		
10 木	バター ロール	○		ヘルシーハンバーグ ミックスベジタブル ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★とうふ ★たまご ★おかから ★だいず	★パン あぶら ★パンこ でんぶん さとう	たまねぎ にんじん セロリー とうもろこし ほうれんそう トマト		
11 金		○	きよほう	しめじごはん ししゃものかわりあげ よしのに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ししゃも ★とりにく ★あぶらあげ ★たまご ★いか ★うずらたまご	こめ ★こむぎこ ごま あぶら さとう でんぶん	きよほう しめじ だいこん にんじん ごぼう さやえんどう たけのこ さやいんげん		
14 月	ショート ニング パン	○	りんご ゼリー	※オムレツグラタン やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうにゅう ★ベーコン ★えび ★たまご ★サワークリーム	★パン ★バスタ ★バター ★こむぎこ じゃがいも さとう	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー パセリ ★りんご		※オムレツグラタンは たまごをかけて やいたグラタンです。
15 火		○		ゆかりごはん めかじきのたつたあげ ざわにわん	★ぎゅうにゅう めかじき ★ぶたにく ★あぶらあげ	こめ あぶら でんぶん ★こむぎこ	だいこん にんじん しょうが ごぼう しいたけ しそ ねぎ		※あおだいずの チャウダーは あおだいずペーストの はいったわかくさいの チャウダーです。
16 水	マーガリン (かしわ おり)	○	ミックス フルーツ	チキンカツ ポイルキャベツ(ソース) ※あおだいずのチャウダー	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★だいず ★たまご ★ベーコン ★とうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★パンこ あぶら	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん みかん パインアップル ★もも ★りんご	※いかのしょうがやきは ひとり 2まいです。	
17 木		○	みかん	ぶたバラあんかけごはん ※いかのしょうがやき	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく	こめ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん	みかん しょうが たけのこ はくさい しいたけ にんじん チンゲンサイ ねぎ にんにく	※うどんにあぶらあげと もちをのせてたべます。	
18 金	ガーリック トースト	○		ビーフシチュー やさしいソテー	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★ハム ★チーズ	★パン ★バター じゃがいも あぶら ★こむぎこ	★もやし こまつな にんにく たまねぎ パセリ にんじん トマト とうもろこし グリンピース しょうが	※パンにウィンナーと キャベツをはさんで たべます。	
24 木		○		ごはん さんまのかばやき だんごじる ひじきのにつけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく さんま ひじき ★あぶらあげ ★さつまあげ ★だいず	こめ あぶら でんぶん さといも さとう しらたまもち	にんじん だいこん ごぼう しめじ ねぎ こまつな		
25 金		○	みかん	※きつねもちうどん カレーにくじゃが	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★あぶらあげ ★だいず ★とりにく ★かまぼこ	★うどん もち じゃがいも さとう あぶら	にんじん たまねぎ こんにゃく こまつな ねぎ みかん		
28 月		○	もも (れいとう)	マーボーどん だいずもやしいため	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	★だいずもやし にんじん ピーマン にんにく ねぎ しょうが ★もも		
29 火	ミルク コッペ	○	みかん	※セルフドック(ウィンナー・キャベツ) あきのみかくシチュー	★ジョア ★ソーセージ ★とりにく ★だいず ★チーズ ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	★パン さつまいも あぶら くり ★バター ★こむぎこ	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ みかん		
30 水		○		にしよそぼろごはん でんぶら(かぼちゃ) とうがんのみそしる	★ぎゅうにゅう ★あぶらあげ わかめ ★たまご ★みそ ★とりにく	こめ ★こむぎこ あぶら さとう	かぼちゃ とうがん ねぎ にんじん しょうが さやえんどう		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

18日の「ビーフシチュー」は国産牛肉を使用します。



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	660 kcal	26.0g
国の標準	660 kcal	13~28g

<<立川市学校給食共同調理場>>

二学期の給食開始日

9月2日(水)

けやき台小・南砂小・若葉小
幸小・大山小・柏小・第九小
西砂小・松中小・上砂川小
新生小
第十小

9月3日(木)



の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食回数 21回		手ぎわよく配ぜんしましょう 芋類は熱や力になるもと			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき	ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)	
1 木		○	りんご	スパゲッティミートソース こんさいサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★たまご	★スパゲッティ あぶら ごま でんぶん ★バター ★こむぎこ さとう	★りんご ごぼう だいこん レモン にんじん れんこん とうもろこし たまねぎ にんにく しょうが トマト	 10月10日の献立 ※がんものにつけは ひとり 2こ です。	
2 金		○		ぶたキムチごはん あつやきたまご とうふだんごのスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★とうふ ★とりにく おきあみ ★えび ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	にんじん しょうが みつば にら チンゲンサイ だいこん しいたけ ねぎ にんにく たけのこ はくさい きくらげ		
5 月	コア マール	○	じゅうごや ゼリー	さかなのエスカベッシュ マカロニソテー とりにくとやさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく メルルーサ	★パン ★マカロニ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら でんぶん ★こむぎこ さとう みずあめ	★みかん ぶどう たまねぎ パセリ キャベツ にんじん ブロッコリー あかピーマン にんにく		
6 火		○		とりごはん(きさみのり) ※がんものにつけ もずくのみそしる	★ぎゅうにゅう もずく ★がんもどき ★とりにく ★とうふ ★みそ やきのり	こめ さとう あぶら ごま	だいこん はくさい にんじん ねぎ ごぼう さやえんどう		
7 水	ミルク ツイスト	○	りんご	ラザニア やさいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★リボンパスタ ★こむぎこ ★バター あぶら さとう	★りんご キャベツ たまねぎ にんじん しめじ セロリー パセリ トマト	※いかのさらさあげは ひとり 2まい です。	
8 木		○		ごはん ※いかのさらさあげ ちくぜんに のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★いか やきちくわ	こめ あぶら ★こむぎこ でんぶん さとう	のざわな しょうが にんじん こんにやく たけのこ ごぼう れんこん しいたけ さやいんげん		
9 金		○	みかん	ごもくあんかけそば ※むしシュウマイ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★なると ★だいず ★えび ★うずらたまご ぼたて	★むしちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら でんぶん ★こむぎこ	★みかん にんじん たまねぎ たけのこ はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが		
13 火		○	きよほう	ひじきごはん ※やきししやも のつべいじる しばづけ	★ぎゅうにゅう ししやも ★とりにく ★なまあげ ひじき ★あぶらあげ	こめ むぎ さといも あぶら ★くるみ さとう でんぶん ごまあぶら	きよほう だいこん こんにやく ごぼう にんじん ねぎ さやいんげん グリンピース きゅうり なす みょうが しょうが しそ		
14 水	ソフト フランス	○		ポークストロガノフ ごまこふきいも ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ウインナー ★なまクリーム	★パン じゃがいも ごま ★こむぎこ あぶら ★バター さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト ピーマン ブロッコリー キャベツ とうもろこし レモン ゆず かぼす ★みかん	※やきししやもは 1～3ねんは 1ぼん 4～6ねんは 2ぼん です。	
15 木		○	みかん	てんしんどん(あまずあん) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★たまご ★かに	こめ あぶら でんぶん さとう	★みかん チンゲンサイ きくらげ ねぎ はくさい たけのこ にんじん しいたけ		
16 金	マーガリン (かしわ おり)	○		※しろみぎかなのフライ(ソース) きのこスパゲッティ ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう ホキ ★ベーコン ★たまご	★パン ★スパゲッティ ★こむぎこ あぶら ★パンに オリーブあぶら ★バター	ほうれんそう たまねぎ にんじん キャベツ しめじ とうもろこし にんにく パセリ		
19 月		○		ちゅうかおこわ とうふとコーンのスープ もやしのいためもの	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★たまご ★さくらえび	こめ もちごめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう	ねぎ にんじん とうもろこし ★もやし にら しょうが しいたけ たけのこ ★えだまめ		
20 火	ショート ニング パン	○		フライドチキン たらこポテト ミネストローネ	★ぎゅうにゅう たらこ ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ	★パン じゃがいも ★バター ★マヨネーズ でんぶん ★パスタ あぶら	にんにく にんじん しょうが たまねぎ キャベツ トマト ねぎ さやいんげん セロリー	※パンにカレーミートを はさんでたべます。	
21 水		○		くりとしめじのごはん さけのしおやき まめとんじる きゅうりとくわかめのごまいため	★ぎゅうにゅう ★さけ ★だいず くわかめ ★ぶたにく ★とうふ ★みそ	こめ もちごめ あぶら くり ごまあぶら さといも さとう ごま	きゅうり とうもろこし だいこん にんじん しめじ ごぼう ねぎ こんにやく		
22 木	カレー コップ	○	フルーツ ヨーグルト	※セルフカレードック ポトフ	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ぶたにく	★パン さとう じゃがいも あぶら ★こむぎこ	かぶ たまねぎ にんじん セロリー ねぎ ★みかん パインアップル ★もも		
23 金		○		チャーハン ※いかのチリソース わかめスープ	★ぎゅうにゅう わかめ ★いか ★とうふ ★とりにく ★たまご ★ハム	こめ でんぶん ★こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ にんにく たけのこ しょうが さやえんどう ねぎ こねぎ		
26 月	バター ロール	○	みかん	ポークソテー ポイルキャベツ ニョッキのクリームに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★バター ★こむぎこ あぶら さとう でんぶん こめ	キャベツ ★みかん たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ ピーマン トマト	※たらのピリッジャンは あげざかなにパインアップルと トウバンジャンのあまからい たれをかけたものです。	
27 火		○		さつまいもごはん ※たらのピリッジャン いなかじる にびたし	★ぎゅうにゅう たら ★なまあげ ★あぶらあげ かつおぶし ★みそ	こめ さつまいも あぶら でんぶん さといも さとう	こまつな はくさい だいこん にんじん さやいんげん しょうが ごぼう にんにく こんにやく パインアップル ねぎ		
28 水	プチ フランス	○	りんご	うみとりのグラタン ようふうおでん	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★えび ★いか ★ウインナー ★たまご ★チーズ	★パン じゃがいも ★バター あぶら ★マヨネーズ	★りんご にんじん たまねぎ さやいんげん しめじ えのきたけ しいたけ パセリ		
29 木		○	なし ゼリー	チキンライス キャベツのクリームスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★なまクリーム	こめ ★バター ★こむぎこ あぶら さとう	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ トマト キャベツ なし		
30 金		○	みかん	ちゃんこうどん ※ちくわのいそべあげ きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう ★ちくわ ★いか あおのり ★ぶたにく ★たまご ★さつまあげ ★あぶらあげ	★うどん ごま ★こむぎこ あぶら さとう でんぶん	★みかん ごぼう にんじん こんにやく しいたけ だいこん はくさい ねぎ	※ちくわのいそべあげは 1・2ねんは 1ぼん 3～6ねんは 2ぼん です。	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	660 kcal	27.0g
国の基準	660 kcal	13～28g

<<立川市学校給食共同調理場>>

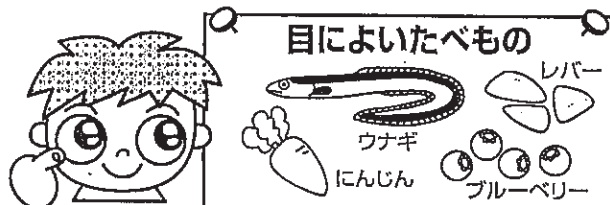


の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食指導目標		て 手ぎわよく配ぜんしましょう 芋類は熱や力になるもと			※たべかたの ちゅうい ※そのた
				給食回数 21回	きゅうよくくひょう 給食目標 きゅうよく しどうもくひょう 給食指導目標	ざいりょうのはたらき	ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	
1 木		○	りんご	スパゲッティミートソース こんさいサラダ(ごまドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★たまご	★スパゲッティ あぶら ごま でんぶん ★バター ★こむぎこ さとう	★りんご ごぼう だいこん レモン にんじん れんこん とうもろこし たまねぎ にんにく しょうが トマト	 10月10日目の献立	
2 金	ココア マール	○	じゅうごや ゼリー	さかなのエスカベッシュ マカロニソテー とりにくとやさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく メルルーサ	★パン ★マカロニ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら でんぶん ★こむぎこ さとう みずあめ	★みかん ごぼう たまねぎ パセリ キャベツ にんじん ブロッコリー あかピーマン にんにく		
5 月		○		ぶたキムチごはん あつやきたまご とうふだんごのスープ	★ぎゅうにゅう ★たまご ★とうふ ★とりにく おきあみ ★えび ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	にんじん しょうが みつば にら チンゲンサイ だいこん しいたけ ねぎ にんにく たけのこ はくさい きくらげ	※がんにものにつけは ひとり 2こ です。	
6 火	ミルク ツイスト	○	りんご	ラザニア やさいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★リボンパスタ ★こむぎこ ★バター あぶら さとう	★りんご キャベツ たまねぎ にんじん しめじ セロリー パセリ トマト		
7 水		○		とりごはん(きざみのり) ※がんにものにつけ もずくのみそじる	★ぎゅうにゅう もずく ★がんにものとき ★とりにく ★とうふ ★みそ やきのり	こめ さとう あぶら ごま	だいこん はくさい にんじん ねぎ ごぼう さやえんどう	※むしシューマイは 1・2ねんは 2こ 3・6ねんは 3こです。	
8 木		○	みかん	ごもくあんかけそば ※むしシューマイ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いしか ★なると ★だいず ★えび ★うずらたまご ほたて	★むしちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら でんぶん ★こむぎこ	★みかん にんじん たまねぎ たけのこ はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが		
9 金		○		ごはん ※いかのさらさあげ ちくぜんに のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★いしか やきちくわ	こめ あぶら ★こむぎこ でんぶん さとう	のざわな しょうが にんじん こんにやく たけのこ ごぼう れんこん しいたけ さやいんげん	※いかのさらさあげは ひとり 2まいです。	
13 火	ソフト フランス	○		ポークストロガノフ ごまこふきいも ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ウインナー ★なまクリーム	★パン じゃがいも ごま ★こむぎこ あぶら ★バター さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト ピーマン ブロッコリー キャベツ とうもろこし レモン ゆず かぼす ★みかん		
14 水		○	きょうほう	ひじきごはん ※やきししゃも のつべいじる しばづけ	★ぎゅうにゅう ししゃも ★とりにく ★なまあげ ★ひじき ★あぶらあげ	こめ むぎ さといも あぶら ★くるみ さとう でんぶん ごまあぶら	きょうほう だいこん こんにやく ごぼう にんじん ねぎ さやいんげん グリンピース きゅうり なす みょうが しょうが しそ	※やきししゃもは 1・3ねんは 1ぽん 4・6ねんは 2ぽん です。	
15 木	マーガリン (かしわ おり)	○		※しろみぎかなのフライ(ソース) きのこスパゲッティ ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう ホキ ★ベーコン ★たまご	★パン ★スパゲッティ ★こむぎこ あぶら ★パン オリーブあぶら ★バター	ほうれんそう たまねぎ にんじん キャベツ しめじ とうもろこし にんにく パセリ		※パンにさかなのフライを はさんでたべます。
16 金		○	みかん	てんしんどん(あまずあん) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★たまご ★かに	こめ あぶら でんぶん さとう	★みかん チンゲンサイ きくらげ ねぎ はくさい たけのこ にんじん しいたけ		
19 月	ショート ニング パン	○		フライドチキン たらこポテト ミネストローネ	★ぎゅうにゅう たらこ ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ	★パン じゃがいも ★バター ★マヨネーズ でんぶん ★パスタ あぶら	にんにく にんじん しょうが たまねぎ キャベツ トマト ねぎ さやいんげん セロリー	※パンにカレーミートを はさんでたべます。	
20 火		○		ちゅうかおこわ とうふとコーンのスープ もやしひいためもの	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★たまご ★さくらえび	こめ もちごめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう	ねぎ にんじん とうもろこし ★もやし にら しょうが しいたけ たけのこ ★えだまめ		
21 水	カレー コッペ	○	フルーツ ヨーグルト	※セルフカレードック ポトフ	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ぶたにく	★パン さとう じゃがいも あぶら ★こむぎこ	かぶ たまねぎ にんじん セロリー ねぎ ★みかん パインアップル ★もも	※たらのピリットジャンは あげがなかにパインアップルと トウバンジャンのあまからいた れをかけたものです。	
22 木		○		くりとしめじのごはん さけのおやき まめとんじる きゅうりとくわわかめのごまいため	★ぎゅうにゅう ★さけ ★だいず くわわかめ ★ぶたにく ★とうふ ★みそ	こめ もちごめ あぶら くり ごまあぶら さといも さとう ごま	きゅうり とうもろこし だいこん にんじん しめじ ごぼう ねぎ こんにやく		
23 金	バター ロール	○	みかん	ポークソテー ポイルキャベツ ニョッキのクリームに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★バター ★こむぎこ あぶら さとう でんぶん こめ	キャベツ ★みかん たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ ピーマン トマト	※いかのチリソースは ひとり 2まい です。	
26 月		○		チャーハン ※いかのチリソース わかめスープ	★ぎゅうにゅう わかめ ★いか ★とうふ ★とりにく ★たまご ★ハム	こめ でんぶん ★こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ にんにく たけのこ しょうが さやえんどう ねぎ こねぎ		
27 火	プチ フランス	○	りんご	うみとりのグラタン ようふうおでん	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★えび ★いか ★ウインナー ★たまご ★チーズ	★パン じゃがいも ★バター あぶら ★マヨネーズ	★りんご にんじん たまねぎ さやいんげん しめじ えのきたけ しいたけ パセリ	※ちくわのいそべあけは 1・2ねんは 1ぽん 3・6ねんは 2ぽん です。	
28 水		○		さつまいもごはん ※たらのピリットジャン いなかにじる にびたし	★ぎゅうにゅう たら ★なまあげ ★あぶらあげ かつおぶし ★みそ	こめ さつまいも あぶら でんぶん さといも さとう	こまつな はくさい だいこん にんじん さやいんげん しょうが ごぼう にんにく こんにやく パインアップル ねぎ		
29 木		○	みかん	ちゃんこうどん ※ちくわのいそべあけ きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう ★ちくわ ★いか ★あおのり ★ぶたにく ★たまご ★さつまいも ★あぶらあげ	★うどん ごま ★こむぎこ あぶら さとう でんぶん	★みかん ごぼう にんじん こんにやく しいたけ だいこん はくさい ねぎ	※ちくわのいそべあけは 1・2ねんは 1ぽん 3・6ねんは 2ぽん です。	
30 金		○	なし ゼリー	チキンライス キャベツのクリームスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★なまクリーム	こめ ★バター ★こむぎこ あぶら さとう	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ トマト キャベツ なし		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	660 kcal	27.0g
国の基準	660 kcal	13~28g

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞



の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 19回		給食目標 きゅうしょくひょう えいようし どうもくひょう 栄養指導目標	給食を作ってくれる人に感謝しよう きゅうしょく つく ひと かんしゃ 肉・魚・卵は、血や肉のもと にく さかな たまご ち にく	※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい		ざいりょうのはたらき		
				ちやにくに なるもと (あか)	ちからやねつに なるもと (き)	からだのちようしを ととのえるもと (みどり)		
2月		○		あきのかおりごはん ぎせいでんふ だんごじる	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★あぶらあげ ★たまご	こめ もちごめ くり あぶら さとう しらたまもち でんぶ	だいこん しめじ にんじん ごぼう ねぎ しいたけ さやいんげん こまつな はくさい	※いかにしょうがやきは ひとり2まいです。
4水	バター ロール	○		あじのトマトソース パスタソテー やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン あじ ★たまご	★パン ★こむぎこ でんぶ あぶら ★バター じゃがいも さとう	たまねぎ キャベツ パセリ しょうが にんじん セロリー ブロッコリー トマト	
5木		○	みかん	くるみいりひじきごはん ※いかにしょうがやき ぶたじる	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく ひじき ★とうふ ★あぶらあげ ★みそ	こめ むぎ あぶら さといも さとう ★くるみ	さやいんげん だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ こんにゃく グリーンピース ★みかん	
6金	ショート ニング パン	○	りんご	オムレツグラタン いもとやさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうにゅう ★ベーコン ★えび ★たまご ★サワークリーム	★パン ★パスタ じゃがいも ★バター ★こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー ★りんご	※セルフでりやきバーガー はパンにとりのでりやき とキャベツをはきんで たべます。
9月		○		しらすごはん きゅうりのつけもの さかなのねぎみそかけ とりにくとじゃがいものにも	★ぎゅうにゅう ★とりにく めかじき かんてん ★みそ しらすぼし	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごまあぶら さとう ごま	きゅうり にんじん ねぎ たまねぎ たけのこ さやいんげん しいたけ	
10火	パンキン パン	○		とりにくのアーモンドフライ もやしソテー あおだいのチャウダー	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★だいたい ★たまご ★ベーコン ★とうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★パンこ アーモンド	★もやし ビーマン どうもろこし あかビーマン たまねぎ にんじん	
11水		○	みかん	かきあげどん(てんつゆ) さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★えび ★いか しらすぼし ★あぶらあげ ★たまご	こめ ★こむぎこ でんぶ あぶら さとう	だいこん にんじん ごぼう しいたけ たまねぎ ねぎ みつば ★みかん	※ピピンパは、ごはん にくとやさしい、たまごを のせてたべます。
12木	※ごま ロール (よこわり)	○	ミックス フルーツ	※セルフでりやきバーガー ※ポイルキャベツ コーンシチュー	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★チーズ ★なまクリーム	★パン ごま じゃがいも でんぶ あぶら さとう ★バター ★こむぎこ	たまねぎ にんじん どうもろこし ブロッコリー キャベツ ★みかん ★もも ★りんご いちご	
13金		○	みかん	※ピピンパ(にく・やさしい、いりたまご) わかめスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★とりにく わかめ ★たまご やきのり	こめ さとう ごまあぶら ごま でんぶ あぶら	ねぎ にんじん にんにく たけのこ しょうが さやえんどう ★もやし ほうれんそう ぜんまい ★みかん	
16月	ミルク ツイスト	○		てづくりウィンナー ジャーマンポテト まめとやさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ ★たまご	★パン じゃがいも ★パンこ あぶら	たまねぎ にんじん かぶ パセリ キャベツ ほうれんそう セロリー	今月の 立川産の野菜   ブロッコリー キャベツ (4日) (16日)   さといも だいこん (17日以降) (17日以降)
17火		○		コーンちやめし てづくりさつまあげ かすじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう いわし たら ★ぶたにく ひじき ★とうふ ★たまご やきちくわ ★みそ	こめ さといも あぶら でんぶ	だいこん どうもろこし にんじん ごぼう しょうが こんにゃく ねぎ	
18水	マーガリン パン	○	キウイ フルーツ	さかなのオープンやき じゃがいものベーコンに	★ぎゅうにゅう たら ★ベーコン ★チーズ	★パン じゃがいも オリーブあぶら さとう あぶら ★パンこ	たまねぎ にんじん パセリ しめじ にんにく ★キウイフルーツ	
19木		○		ごこめし ししやものかおりあげ にくどうふ のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ししやも ★とうふ ★ぶたにく ★たまご あずき ★だいた	こめ もちごめ むぎ あわ きび ごま あぶら さとう ★こむぎこ	たまねぎ にんじん しらたき しめじ のざわな	★印はアレルギー物質を含んだ食品です。 25日の「ミートローフ」は国産牛肉を使用します。
20金		○	ミルク スイート ポテト	カレーうどん もやしといかのいためもの	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく ★とりにく ★なまクリーム ★かまぼこ	★うどん さつまいも さとう ★バター あぶら でんぶ	にんじん たまねぎ ★もやし ねぎ なら どうもろこし こまつな	
24火		○	みかん	さといもごはん あげざかなのうまに みそじる	★ぎゅうにゅう めかじき ★あぶらあげ ★みそ	こめ さといも でんぶ ごま あぶら さとう ごまあぶら	だいこん こまつな しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ さやいんげん ★みかん	
25水	パン ロール	○		ミートローフ たらこスパゲッティ ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★たまご たらこ ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★スパゲッティ ★バター ★パンこ あぶら でんぶ さとう	ほうれんそう にんじん たまねぎ どうもろこし パセリ	※むしシュウマイは ひとり2こです。
26木		○	もも ゼリー	チキンとまめのカレーライス やさしいソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ハム ★とりにく ★ぶたにく ★だいた ★チーズ	こめ むぎ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ さとう ごま みずあめ	★もやし こまつな にんじん パセリ たまねぎ セロリー ★りんご にんにく しょうが だいこん なす しそ れんこん ★もも	
27金	ソフト フランス	○	ジョ ア	ほうれんそうとチーズのオムレツ こふきいも ペジタブルスープ	★ジョア ★たまご ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★バター あぶら こめ	どうもろこし ほうれんそう にんじん たまねぎ グリーンピース パセリ	
30月		○	みかん	マーボーさいめん ※むしシュウマイ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいた ★えび ★たまご	★むしちゅうかめん あぶら さとう でんぶ ごまあぶら でんぶ ★こむぎこ	たまねぎ なす たけのこ あかビーマン ねぎ にんにく しょうが ★みかん	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

25日の「ミートローフ」は国産牛肉を使用します。

11月23日は

勤労感謝の日



子どもたちにも家族の一員として、食事の手伝いをさせてはいかがでしょうか。得業きと役に立つことで、よく、台をふく・箸を並べる・食器を運ぶ・下げる・洗う・残物などができますか。お料理作りにもチャレンジしましょう。

楽しく作って、楽しく食べれば好き嫌いなんかがきつとなくなりますよ。初めのうちは時間がかかったり、汚れたり、失敗したり…と大変ですが、そのうち上手になります。家庭科の実習の時、さっとうまういきますよ。普段から練習しよう！

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞

☆ 残量調査を行います ☆

期間は、11月5日(木)～12日(木)間の5日間です。

実施する学校は

第一調理場 (大山小学校・南砂小学校)

第二調理場 (第九小学校・西砂小学校)



の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

日 ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 19回	給食目標 給食を作ってくれる人に感謝しよう 栄養指導目標 肉・魚・卵は、血や肉のもと	ざいりょうのはたらき			※たべかたの ちゅうい ※そのた
						こんだてめい	ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	
2月	バター ロール	○			あじのトマトソース パスタソテー やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン あじ ★たまご	★パン ★こむぎこ でんぶ あぶら ★バター じゃがいも さとう	たまねぎ キャベツ パセリ しょうが にんじん セロリー ブロッコリー トマト	
4水		○			あきのかおりごはん ぎせい豆腐 だんごじる	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりこ ★あぶらあげ ★たまご	こめ もちごめ くり あぶら さとう しらたまも でんぶ	だいこん しめじ にんじん ごぼう ねぎ しいたけ さやいんげん こまつな はくさい	
5木	ショート ニング パン	○	りんご		オムレツグラタン いもやさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★とりこ ★とうにゅう ★ベーコン ★えび ★たまご ★サワークリーム	★パン ★パスタ じゃがいも ★バター ★こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー ★りんご	
6金		○	みかん		くるみ入りひじきごはん ※いかのしょうがやき ぶたじる	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく ひじき ★とうふ ★あぶらあげ ★みそ	こめ むぎ あぶら さといも さとう ★くるみ	さやいんげん だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ こんにゃく グリーンピース ★みかん	※いかのしょうがやきは ひとり2まいです。
9月	パンブキン パン	○			とりこくのアーモンドフライ(ソース) もやしソテー あおだいのチャウダー	★ぎゅうにゅう ★とりこ ★だいたい ★たまご ★ベーコン ★とうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★パンこ アーモンド	★もやし ピーマン とうもろこし あかピーマン たまねぎ にんじん	
10火		○			しらすごはん きゅうりのつけもの さかなのねぎみそかけ とりこにじゃがいものにも	★ぎゅうにゅう ★とりこ めかじき かんてん ★みそ しらすぼし	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごまあぶら さとう ごま	きゅうり にんじん ねぎ たまねぎ たけのこ さやいんげん しいたけ	
11水	※こま ロール (よこわり)	○	ミックス フルーツ		※セルフでりやきバーガー ※ポイルキャベツ コーンシチュー	★ぎゅうにゅう ★とりこ ★チーズ ★なまクリーム	★パン ごま じゃがいも でんぶ あぶら さとう ★バター ★こむぎこ	たまねぎ にんじん とうもろこし ブロッコリー キャベツ ★みかん ★もも ★りんご いちご	※セルフでりやきバーガー はパンにとりのりやき とキャベツをはさんで たべます。
12木		○	みかん		かきあげどん(てんつゆ) さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★えび ★いか しらすぼし ★あぶらあげ ★たまご	こめ ★こむぎこ でんぶ あぶら さとう	だいこん にんじん ごぼう しいたけ たまねぎ ねぎ みつば ★みかん	
13金	ミルク ツイスト	○			てづくりウィンナー ジャーマンポテト まめとやさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりこ ★ベーコン いんげんまめ ★たまご	★パン じゃがいも ★パンこ あぶら	たまねぎ にんじん かぶ パセリ キャベツ ほうれんそう セロリー	
16月		○	みかん		※ピピンバ(にん・やさしいたまご) わかめスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★とりこ わかめ ★たまご やきり	こめ さとう ごまあぶら ごま でんぶ あぶら	ねぎ にんじん にんにく たけのこ しょうが さやえんどう ★もやし ほうれんそう ぜんまい ★みかん	※ピピンバは、ごはん にくとやさしいたまごを のせてたべます。
17火	マーガリン パン	○	キウイ フルーツ		さかなのオープンやき じゃがいものベーコンに	★ぎゅうにゅう たら ★ベーコン ★チーズ	★パン じゃがいも オリーブあぶら さとう あぶら ★パンこ	たまねぎ にんじん パセリ しめじ にんにく ★キウイフルーツ	
18水		○			コーンちやめし てづくりさつまあげ かすじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう いわし たら ★ぶたにく ひじき ★とうふ ★たまご やきちくわ ★みそ	こめ さといも あぶら でんぶ	だいこん とうもろこし にんじん ごぼう しょうが こんにゃく ねぎ	
19木		○	ミルク スイート ポテト		カレーうどん もやしといかのいためもの	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく ★とりこ ★なまクリーム ★かまぼこ	★うどん さつまいも さとう ★バター あぶら でんぶ	にんじん たまねぎ ★もやし ねぎ にら とうもろこし こまつな	
20金		○			ごこめし しやものかおりあげ にく豆腐、のざわなづけ	★ぎゅうにゅう しやも ★とうふ ★ぶたにく ★たまご あずき ★だいたい	こめ もちごめ むぎ あわ きび ごま あぶら さとう ★こむぎこ	たまねぎ にんじん しらたき しめじ のざわな	★ブロッコリー ★キャベツ (2日) (13日)
24火	パン ロール	○			ミートローフ たらこスパゲッティ ようふうたまごスープ	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★たまご たらこ ★ぶたにく ★チーズ	★パン ★スパゲッティ ★バター ★パンこ あぶら でんぶ さとう	ほうれんそう にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ	
25水		○	みかん		さといもごはん あげざかなのうまに みそしる	★ぎゅうにゅう めかじき ★あぶらあげ ★みそ	こめ さといも でんぶ ごま あぶら さとう ごまあぶら	だいこん こまつな しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ さやいんげん ★みかん	さといも だいこん (18日以降) (18日以降)
26木	ソフト フランス	○	ジョ ア		ほうれんそうとチーズのオムレツ こふきいも ベジタブルスープ	★ジョア ★たまご ★チーズ ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★バター あぶら こめ	とうもろこし ほうれんそう にんじん たまねぎ グリーンピース パセリ	
27金		○	もも ゼリー		チキンとまめのカレーライス やさしいソテー ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ハム ★とりこ ★ぶたにく ★だいたい ★チーズ	こめ むぎ あぶら ★バター じゃがいも ★こむぎこ さとう ごま みずあめ	★もやし こまつな にんじん パプリカ たまねぎ セロリー ★りんご にんにく しょうが だいこん なす しそ れんこん ★もも	
30月		○	みかん		マーボーさいめん ※むしシュウマイ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいたい ★えび ★たまご	★むしちゅうかめん あぶら さとう でんぶ ごまあぶら でんぶ ★こむぎこ	たまねぎ なす たけのこ あかピーマン ねぎ にんにく しょうが ★みかん	※むしシュウマイは ひとり2こです。

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

24日の「ミートローフ」は国産牛肉を使用します。

11月23日は 勤労感謝の日



子どもたちにも家族の一員として、食事の手伝いをさせてはいかがでしょうか。将来きっと役に立つことでしょう。台をふく・箸を並べる・食器を運ぶ・下げる・洗う・買い物などができますか。お料理作りにもチャレンジしましょう。

楽しく作って、楽しく食べれば好き嫌いは減り、くたしくなりますよ。初めのうちは時間がかったり、汚したり、失敗したり…と大変ですが、そのうち上手になります。

家庭科の実習の時、きつとうまくなりますよ。普段から練習しよう！

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	27.8g
国の基準	660 kcal	13~28g

<<立川市学校給食共同調理場>>

☆ 残量調査を行います ☆

期間は、11月5日(木)~12日(木)間の5日間です。

実施する学校は
第一調理場 (大山小学校・南砂小学校)
第二調理場 (第九小学校・西砂小学校)

12月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 16回	給食目標	よい食べ方を身につけよう			※たべかたの ちゅうい ※そのた
					栄養指導目標	牛乳は、骨や歯を丈夫にする			
					こんだてめい	ざいりょうのはたらき			
						ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)	からだのちょうしを ととのえるもと(みどり)	
1 火		○			わかめごはん とりにくのあまずたれ みそけんちんじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★どうふ ★あぶらあげ わかめ ★みそ	こめ あぶら ごま でんぶん さといも さとう ごまあぶら	だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ たまねぎ こんにやく のざわな	
2 水	ミルク ツイスト	○			さけのムニエル ガーリックポテト ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう ★さけ ★ベーコン	★パン じゃがいも ★バター ★こむぎこ あぶら	ほうれんそう とうもろこし キャベツ にんじん にんにく パセリ	
3 木		○			かにピラフ はくさいのクリームスープ ウインナーのトマトいため	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ★ベーコン ★かに ★とりにく ★なまクリーム	こめ ★バター あぶら ★こむぎこ さとう	たまねぎ ビーマン にんじん はくさい ほうれんそう とうもろこし マッシュルーム パセリ トマト	
4 金	にくまん	○	いちご ゼリー		※いかのかりんあげ ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★いか ★どうふ	★こむぎこ さとう でんぶん あぶら こめ ごまあぶら	たけのこ ねぎ しいたけ しょうが たまねぎ にんじん ★もやし きくらげ チンゲンサイ いちご レモン	
7 月		○	りんご		マーボーどん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★どうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう ★もやし にんにく ねぎ にんじん しょうが ★りんご	
8 火		○			ベーコンとブロッコリーのスパゲッティ アメリカンドック(ケチャップソース) やさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ソーセージ ★ベーコン	★スパゲッティ ★こむぎこ あぶら ★バター でんぶん さとう	たまねぎ ブロッコリー トマト キャベツ だいこん にんじん セロリー さやいんげん	
9 水		○	みかん		ごはん めかじきのカツみそソース のっぺいじる おかかあえ	★ぎゅうにゅう ★なまあげ めかじき ★たまご ★みそ かつおぶし	こめ あぶら さといも ★こむぎこ ★パンこ ごまあぶら さとう でんぶん	はくさい だいこん にんじん こんにやく ごぼう さやいんげん ★みかん	
10 木	ごま トースト	○			シーフードシチュー ポイルやさしい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ほたて ★チーズ ★なまクリーム	★パン ★バター さとう ごま じゃがいも あぶら ★こむぎこ でんぶん	とうもろこし たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー マッシュルーム パセリ だいこん ゆず ★みかん レモン かぼす	
11 金		○	みかん		もやしごはん ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★どうふ ★とりにく ★ぶたにく	こめ あぶら さとう でんぶん ごま	はくさい ★だいずもやし にんじん ビーマン しいたけ ねぎ チンゲンサイ にんにく ★みかん	
14 月		○			ほうとう ※たこあげボール きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう たこ ★たまご ★みそ ★ぶたにく ★さつまあげ ★あぶらあげ あおのり かつおぶし ★とりにく	★ほうとう ごま あぶら ★こむぎこ さとう	ごぼう にんじん ねぎ こんにやく しょうが キャベツ にんにく こまつな かぼちゃ	※たこあげボールは、 ひとり2こです。
15 火		○	りんご		ゆかりごはん ちくさやき さつまじる	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご ★とりにく しらすびし ひじき ★みそ	こめ あぶら さつまいも さとう	だいこん にんじん ねぎ しそ ごぼう みつば こんにやく しいたけ ★りんご	
16 水	ナン	○	フルーツ ヨーグルト		キーマカレー はなやさいのソテー	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ぶたにく ★ベーコン	★ナン じゃがいも さとう ★バター あぶら ★こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト ★りんご ブロッコリー カリフラワー とうもろこし ★みかん バイナップル ★もも	
17 木		○			たきこみおこわ きびなごのからあげ よしのに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★いか ★きびなご ★とりにく ★あぶらあげ ちくわ ★うずらたまご ★だいず	もちこめ こめ ★こむぎこ あぶら でんぶん さとう	だいこん にんじん しいたけ ごぼう たけのこ さやいんげん	
18 金	バター ロール	○	ジョ ア		れんこんいりハンバーグ ミックスベジタブル かぼちゃのポタージュ	★ジョア ★ぶたにく ★だいず ★ぎゅうにゅう ★たまご ★なまクリーム	★パン ★こむぎこ あぶら ★バター ★パンこ さとう でんぶん	かぼちゃ たまねぎ れんこん にんじん とうもろこし にんにく パセリ トマト	
21 月		○	キウイ フルーツ		だいずごはん おでん しばづけ	★ぎゅうにゅう やきちくわ ★だいず ★さつまあげ こんぶ ★うずらたまご ★がんもどき	こめ あぶら さとう	だいこん にんじん こんにやく きゅうり なす みょうが しょうが しそ ★キウイフルーツ	
22 火	パン ロール	○	りんご		ローストチキン フライドポテト ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ	★パン じゃがいも あぶら ★パスタ さとう	にんじん たまねぎ トマト セロリー ねぎ にんにく ★りんご	

★はアレルギー物質を含んだ食品です。

☆6年生のリクエスト献立が
12月～3月に登場します。

たこあげボール・・・幸小
ローストチキン・・・上砂小・南砂小
フライドポテト・・・幸小

<<立川市学校給食共同調理場>>



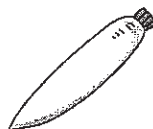
ぎゅうにゅうをのもう

さむい季節になると、つめたいぎゅうにゅうが のみにくくなつてき
ます。でも、ぎゅうにゅうには、いろいろなえいようぞがふくま
れています。できるだけ、毎日のむようにしたいですね。

今月の
立川産の
野菜・果物



さといも



だいこん(15日まで)



にんじん



はくさい



キウイフルーツ



12月の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 16回		給食目標	よい食べ方を身につけよう		
				給食回数	16回	栄養指導目標	牛乳は、骨や歯を丈夫にする		
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき			※たべかたの ちゅうい ※そのた	
					ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちようしを ととのえるもと（みどり）		
1 火	ミルク ツイスト	○		さけのムニエル ガーリックポテト ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう ★さけ ★ベーコン	★パン ジャがいも ★バター ★こむぎこ あぶら	ほうれんそう とうもろこし キャベツ にんじん にんにく パセリ		※いかのかりんあげは、 ひとり2ほんです。
2 水		○		わかめごはん とりにくのあまずたれ みそけんちんじる のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★とうふ ★あぶらあげ わかめ ★みそ	こめ あぶら ごま でんぶん さといも さとう ごまあぶら	だいこん にんじん しょうが ごぼう ねぎ たまねぎ こんにやく のざわな		
3 木	にくまん	○	いちご ゼリー	※いかのかりんあげ ビーフンスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★いか ★とうふ	★こむぎこ さとう でんぶん あぶら こめ ごまあぶら	たけのこ ねぎ しいたけ しょうが たまねぎ にんじん ★もやし きくらげ チンゲンサイ いちご レモン		
4 金		○		かにピラフ はくさいのクリームスープ ウインナーのトマトいため	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ★ベーコン ★かに ★とりにく ★なまクリーム	こめ ★バター あぶら ★こむぎこ さとう	たまねぎ ピーマン にんじん はくさい ほうれんそう とうもろこし マッシュルーム パセリ トマト		
7 月		○		ベーコンとブロッコリーのスパゲッティ アメリカンドック(ケチャップソース) やさいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ソーセージ ★ベーコン	★スパゲッティ ★こむぎこ あぶら ★バター でんぶん さとう	たまねぎ ブロッコリー トマト キャベツ だいこん にんじん セロリー さやいんげん		
8 火		○	りんご	マーボーどん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう ★もやし にんにく ねぎ にんじん しょうが ★りんご		
9 水	ごま トースト	○		シーフードシチュー ポイルやさい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ほたて ★チーズ ★なまクリーム	★パン ★バター さとう ごま ジャがいも あぶら ★こむぎこ でんぶん	とうもろこし たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー マッシュルーム パセリ だいこん ゆず ★みかん レモン かぼす		
10 木		○	みかん	ごはん めかじきのカツみそソース のっぺいじる おかかあえ	★ぎゅうにゅう ★なまあげ めかじき ★たまご ★みそ かつおぶし	こめ あぶら さといも ★こむぎこ ★パンこ ごまあぶら さとう でんぶん	はくさい だいこん にんじん こんにやく ごぼう さやいんげん ★みかん		
11 金		○		ほうとう ※たこあげボール きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう たこ ★たまご ★みそ ★ぶたにく ★さつまあげ ★あぶらあげ あおのり かつおぶし ★とりにく	★ほうとう ごま あぶら ★こむぎこ さとう	ごぼう にんじん ねぎ こんにやく しょうが キャベツ にんにく ごまつな かぼちゃ		
14 月		○	みかん	もやしごはん ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★ぶたにく	こめ あぶら さとう でんぶん ごま	はくさい ★だいずもやし にんじん ピーマン しいたけ ねぎ チンゲンサイ にんにく ★みかん		
15 火	ナン	○		フルーツ ヨーグルト	★ぎゅうにゅう ★ヨーグルト ★ぶたにく ★ベーコン	★ナン ジャがいも さとう ★バター あぶら ★こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト ★りんご ブロッコリー カリフラワー とうもろこし ★みかん バインアップル ★もも		
16 水		○	りんご	ゆかりごはん ちくさやき さつまじる	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご ★とりにく しらすばし ひじき ★みそ	こめ あぶら さつまいも さとう	だいこん にんじん ねぎ しそ ごぼう みつば こんにやく しいたけ ★りんご		
17 木	バター ロール	ジョ ア		れんこん入りハンバーグ ミックスベジタブル かぼちゃのポタージュ	★ジョア ★ぶたにく ★だいず ★ぎゅうにゅう ★たまご ★なまクリーム	★パン ★こむぎこ あぶら ★バター ★パンこ さとう でんぶん	かぼちゃ たまねぎ れんこん にんじん とうもろこし にんにく パセリ トマト		
18 金		○		たきこみおこわ きびなごのからあげ よしのに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★いか きびなご ★とりにく ★あぶらあげ ちくわ ★うずらたまご ★だいず	もちごめ こめ ★こむぎこ あぶら でんぶん さとう	だいこん にんじん しいたけ ごぼう たけのこ さやいんげん		
21 月	バイン ロール	○	りんご	ローストチキン フライドポテト ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ	★パン ジャがいも あぶら ★パスタ さとう	にんじん たまねぎ トマト セロリー ねぎ にんにく ★りんご		
22 火		○	キウイ フルーツ	だいずごはん おでん しばづけ	★ぎゅうにゅう やきちくわ ★だいず ★さつまあげ こんぶ ★うずらたまご ★がんもどき	こめ あぶら さとう	だいこん にんじん こんにやく きゅうり なす みょうが しょうが しそ ★キウイフルーツ		

★はアレルギー物質を含んだ食品です。

☆6年生のリクエスト献立が
12月～3月に登場します。

たこあげボール・・・幸小
ローストチキン・・・上砂小・南砂小
フライドポテト・・・幸小

＜＜立川市学校給食共同調理場＞＞



ぎゅうにゅうをのもう

さむい季節になると、つめたいぎゅうにゅうが のみにくくなってき
ます。でも、ぎゅうにゅうには、いろいろなえいようぞくがふくま
れています。できるだけ、毎日のむようになしたいですね。

今月の
立川産の
野菜・果物



さといも



だいこん(16日まで)



にんじん



はくさい



キウイフルーツ



1月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

				給食回数 14回		給食目標 えいよう しどう もくひょう 栄養指導目標		食後のすこし方を工夫しよう いろ こ やさい びようき ふせ からだ ちょうし ととの 色の濃い野菜は病気を防ぎ、体の調子を整える			
A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	こんだてめい		ざいりょうのはたらき				※たべかたの ちゅうい ※そのた	
				ちやにくに なるもと（あか）		ちからやねつに なるもと（き）		からだのちょうしを ととのえるもと（みどり）			
12 火		○		カレーライス ポイルやさしい（しそドレッシング） ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★チーズ ぼたて かつお	こめ あぶら じゃがいも ★バター ★こむぎこ さとう ごま	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ とうもろこし カリフラワー さやえんどう だいこん なす しそ れんこん				
13 水	※もち	○	スイート スプリング	ぞうに ※ちくわのかわりあげ きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう ちくわ ★ぶたにく ★とりにく ★たまご ★チーズ ★あぶらあげ	もち ★こむぎこ さとう ごま あぶら さとう	ごぼう にんじん れんこん こんにゃく さやいんげん はくさい だいこん しいたけ みつば ★スイートスプリング	※もちは ひとり2こです。 ※ちくわのかわりあげは ひとり2ほんです。			
14 木		○	みかん	ごはん まぐろのたつたあげ にくどうふ むすびこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう めかじき ★とうふ ★ぶたにく ★だいず こんぶ	こめ あぶら でんぶ ★こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん しらたき しめじ しょうが ★みかん				
15 金	バター ロール	○	ミックス フルーツ	とりにくとチーズのオープンやき コーンポタージュ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★こむぎこ ★バター	とうもろこし たまねぎ しめじ ピーマン パセリ ★みかん パインアップル ★りんご ★もも				
18 月		○		じゃこごはん うどん入りかきあげ（てんつゆ） ぶたじき	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ちりめんじゃこ しいたけ ★えび ★みそ ★とうふ ★たまご	こめ あぶら さとう ごま ★こむぎこ でんぶ さとう	にんじん だいこん たまねぎ うど ごぼう みつば ねぎ こんにゃく				
19 火		○	グレープ ゼリー	ジャージャーめん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★みそ	★むしちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶ みずあめ	こまつな ★だいずもやし ★もやし にんじん にんにく ねぎ たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが ぶどう				
20 水		○	いちご	チャーハン いかのしょうがやき ぶたにくとはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★いか ★ぶたにく ★ハム ★たまご	こめ あぶら さとう ★バター でんぶ	にんじん はくさい しょうが にら ねぎ こねぎ いちご				
21 木	ミルク ツイスト	○	ヨー グ	さかなのマヨネーズやき わかづきポテト キャベツのクリームスープ	★ヨーグ おひょう ★ペーコン あおのり ★チーズ ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★マヨネーズ あぶら ★パンこ ★バター	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム				
22 金		○	りんご	さくらえびのごはん たまごやき だんごじる きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★はんぺん ★あぶらあげ ★さくらえび しらすぼし	もちごめ こめ さとう さとう あぶら ごま しらたまもち	きゅうり みつば だいこん ごぼう にんじん しめじ ねぎ さやえんどう はくさい ★りんご	学校給食週間 （郷土料理）			
25 月	ソフト フランス	○	キウイ フルーツ	※ささみとしやものフライ ポイルキャベツ（ソース） やさしいのスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ししやも ★たまご いんげんまめ	★パン ★こむぎこ じゃがいも ★パンこ あぶら	キャベツ にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん ★キウイフルーツ	※フライとポイルキャベツに ソースをかけてたべます。			
26 火		○	ぼんかん	たかなごはん まつかぜやき ちくぜんに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★みそ ★ちくわ	こめ あぶら ごまあぶら ★パンこ さとう ごま けしのみ	ねぎ にんじん たかな しいたけ こんにゃく たけのこ ごぼう れんこん しょうが さやえんどう ★ぼんかん				
27 水		○		おきなわそば ごもくちゅうかいため サーターアランダギー	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★ぶたにく ★うずらたまご ★かまぼこ	★おきなわめん くらざとう ★こむぎこ あぶら さとう でんぶ ごまあぶら	たまねぎ はくさい しょうが たけのこ ねぎ にんじん きくらげ さやえんどう ほうれんそう				
28 木		○		ふかがわめし（きざみのり） てんぷら（えび・かぼちゃ） さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★えび あさり ★たまご ★あぶらあげ ★だいず やきのり	こめ ★こむぎこ あぶら さとう	かぼちゃ だいこん にんじん ごぼう しいたけ ねぎ				
29 金	プリ オッシュ	○	しらたま ぜんざい	いかめし いしかりじる	★ぎゅうにゅう ★さけ ★いか ★あずき ★とうふ ★みそ	★パン もちごめ じゃがいも さとう しらたまもち でんぶ	たまねぎ にんじん ねぎ だいこん はくさい ほうれんそう しょうが				

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。
12日の「カレーライス」は国産牛肉を使用します。

学校給食週
間

学年(3・4年生)

今月の平均

国の基準

エネルギー

たんぱくしつ

662 kcal

27.0g

660 kcal

13～28g

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。
12日の「カレーライス」は国産牛肉を使用します。

学校給食週

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。

戦争の間中断していた学校給食は、昭和21年12月24日から再開し、この日が記念日となりました。しかし、この日は2学期の終わりで給食がないため、翌月の1月24日を記念日、1月24日～30日を学校給食週間としています。

当時は、子どもたちの栄養状態の改善と体格の向上が大きな課題でしたが、給食の内容は「脱脂粉乳とコッペンパン」といった簡素なものでした。

その後、学校教育の一環として行われている学校給食では、日本や地域の食文化の継承や国際理解を深めることなどにも次第に力が注がれ、今のようにバラエティー豊かで、栄養的にも優れた給食になっています。

調理場では、22日と26日～29日に「日本の郷土料理」を取り入れました。

- 22日 静岡 桜えびのごはん・卵焼き
- 26日 九州 高菜ごはん・筑前煮
- 27日 沖縄 沖縄そば・サーターアランダギー
- 28日 東京 深川めし
- 29日 北海道 いかめし・石狩汁・白玉ぜんざい

<<立川市学校給食共同調理場>>

☆今月のリクエスト献立☆

- いか飯・・・松中小
- チャーハン・・・第十小
- 鶏肉とチーズの
オープン焼き・・・若葉小
- カレーライス・・・第九小・上砂川小
- ジャージャー麺・・・松中小・西砂小
- サーターアランダギー・・・新生小
- コーンポタージュ・・・第十小
- いちご・・・第九小

今月の立川産の野菜・果物



はくさい



にんじん



うど



こまつな



キウイ
フルーツ



1月の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 14回		給食目標 きゅうしょくくひょう えいよう しどう もくひょう 栄養指導目標		食後のすし方を工夫しよう しょうご しかた くふう 色の濃い野菜は病気を防ぎ、体の調子を整える		※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき	ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちょうしを ととのえるもと（みどり）		
12 火	※もち	○	スイート スプリング	ぞうに ※ちくわのかわりあげ きんぴらごぼう	★ぎゅうにゅう ちくわ ★ぶたにく ★とりにく ★たまご ★チーズ ★あぶらあげ	もち ★こむぎこ さといも ごま あぶら さとう	ごぼう にんじん れんこん こんにやく さやいんげん はくさい だいこん しいたけ みつば ★スイートスプリング	※もちば、ひとり2こです。 ※ちくわのかわりあげは ひとり2ほんです。		
13 水		○		カレーライス ポイルやさい(しそドレッシング) ふくじんづけ	★ぎゅうにゅう ★ぎゅうにく ★チーズ はたて かつお	こめ あぶら じゃがいも ★バター ★こむぎこ さとう ごま	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ とうもろこし カリフラワー さやえんどう だいこん なす れんこん			
14 木	バター ロール	○	ミックス フルーツ	とりにくとチーズのオープンやき コーンポタージュ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★こむぎこ ★バター	とうもろこし たまねぎ しめじ ピーマン パセリ ★みかん パインアップル ★りんご ★もも			
15 金		○	みかん	ごはん まぐろのたつたあげ にくどうふ むすびこんぶのにつけ	★ぎゅうにゅう めかじき ★とうふ ★ぶたにく ★だいず こんぶ	こめ あぶら でんぶ ★こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん しらたき しめじ しょうが ★みかん			
18 月		○	グレープ ゼリー	ジャージャーめん いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★みそ	★むしちゅうかめん あぶら ごま ごまあぶら さとう でんぶ みずあめ	こまつな ★だいずもやし ★もやし にんじん にんにく ねぎ たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが ぶどう			
19 火		○		じゃこごはん うど入りかきあげ(てんつゆ) ぶたじる	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ちりめんじゃこ しいか ★えび ★みそ ★とうふ ★たまご	こめ あぶら さといも ごま ★こむぎこ でんぶ さとう	にんじん だいこん たまねぎ うど ごぼう みつば ねぎ こんにやく			
20 水	ミルク ツイスト	ヨ ーク		さかなのマヨネーズやき わかくさポテト キャベツのクリームスープ	★ヨーク おひょう ★ペーコン あおのり ★チーズ ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	★パン じゃがいも ★こむぎこ ★マヨネーズ あぶら ★パンこ ★バター	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム			
21 木		○	いちご	チャーハン いかのしょうがやき ぶたにくとはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★しいか ★ぶたにく ★ハム ★たまご	こめ あぶら さとう ★バター でんぶ	にんじん はくさい しょうが にら ねぎ こねぎ いちご			
22 金	ソフト フランス	○	キウイ フルーツ	※ささみとししやものフライ ポイルキャベツ(ソース) やさしいスープに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ししやも ★たまご いんげんまめ	★パン ★こむぎこ じゃがいも ★パンこ あぶら	キャベツ にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん ★キウイフルーツ	※フライとポイルキャベツに ソースをかけてたべます。		
25 月		○	りんご	さくらえびのごはん たまごやき だんごじる きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★はんぺん ★あぶらあげ ★さくらえび しらすばし	もちこめ こめ さといも さとう あぶら ごま しらたまもち	きゅうり みつば だいこん ごぼう にんじん しめじ ねぎ さやえんどう はくさい ★りんご			
26 火		○		おきなわそば ごもくちゅうかいいため サーターアングリー	★ぎゅうにゅう ★えび ★しいか ★ぶたにく ★うずらたまご ★かまぼこ	★おきなわめん くらざとう ★こむぎこ あぶら さとう でんぶ ごまあぶら	たまねぎ はくさい しょうが たけのこ ねぎ にんじん きくらげ さやえんどう ほうれんそう			
27 水		○	ぼんかん	たかなごはん まつかぜやき ちくぜんに	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★たまご ★みそ ★ちくわ	こめ あぶら ごまあぶら ★パンこ さとう ごま けしのみ	ねぎ にんじん たかな しいたけ こんにやく たけのこ ごぼう れんこん しょうが さやえんどう ★ぼんかん	学校給食週間 (郷土料理)		
28 木	フリ オッシュ	○	しらたま ぜんざい	いかめし いしかりじる	★ぎゅうにゅう ★さけ ★しいか あずき ★とうふ ★みそ	★パン もちこめ じゃがいも さとう しらたまもち でんぶ	たまねぎ にんじん ねぎ だいこん はくさい ほうれんそう しょうが			
29 金		○		ふかがわめし(きざみのり) てんぷら(えび・かぼちゃ) さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★えび あさり ★たまご ★あぶらあげ ★だいず やきのり	こめ ★こむぎこ あぶら さとう	かぼちゃ だいこん にんじん ごぼう しいたけ ねぎ			

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

13日の「カレーライス」は国産牛肉を使用します。

学校給食週間

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。

戦争の間中断していた学校給食は、昭和21年12月24日から再開し、この日が記念日となりました。しかし、この日は2学期の終わりで給食がないため、翌月の1月24日を記念日、1月24日～30日を学校給食週間としています。

当時は、子どもたちの栄養状態の改善と体格の向上が大きな課題でしたが、給食の内容は「脱脂粉乳とコッペパン」といった簡素なものでした。

その後、学校教育の一環として行われている学校給食では、日本や地域の食文化の継承や国際理解を深めることなどにも次第に力が注がれ、今のようにバラエティー豊かで、栄養的にも優れた給食になっています。

調理場では25日～29日に「日本の郷土料理」を取り入れました。

25日	静岡	桜えびのごはん・卵焼き
26日	沖縄	沖縄そば・サーターアンドギー
27日	九州	高菜ごはん・筑前煮
28日	北海道	いかめし・石狩汁・白玉ぜんざい
29日	東京	深川めし

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	662 kcal	27.0g
国の基準	660 kcal	13～28g

<<立川市学校給食共同調理場>>

☆今月のリクエスト献立☆

いか飯・・・松中小
チャーハン・・・第十小
鶏肉とチーズの
オープン焼き・・・若葉小
カレーライス・・・第九小・上砂川小
ジャージャー麺・・・松中小・西砂小
サーターアンドギー・・・新生小
コーンポタージュ・・・第十小
いちご・・・第九小

今月の立川産の野菜・果物



はくさい



にんじん



うど



こまつな



キウイ
フルーツ



2月の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食回数 19回		あとしまつをきちんとしよう 栄養指導目標 大豆は、血や筋肉のもと		※たべかたの ちゅうい ※そのた	
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき	ちやにくに なるもと(あか)	ちからやねつに なるもと(き)		からだのちようしを ととのえるもと(みどり)
1 月		○	いちご ゼリー	だいごはん いわしのみりんやき さつまじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう いわし ★ぶたにく ★とうふ ★みそ ★だいず ★あぶらあげ	こめ あぶら さつまじり ごま さとう	だいこん にんじん ごぼう こんにやく ししいたけ ねぎ いちご レモン	 ※にくだんごの もちごめむしは ひとり2こです。	
2 火		○		スパゲッティソテー アメリカンドック(ケチャップソース) カレースープに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ソーセージ ★だいず ★ベーコン	★スパゲッティ じゃがいも あぶら でんぶん ★バター さとう ★こむぎこ	たまねぎ にんじん あかピーマン パプリカ ピーマン しめじ にんにく トマト		 ※てまきずしは、のりに ごはんをのせ、いか・えび・ ツナをまいてたべます。 ※いかは、 1〜4ねん ひとり1ほん 5・6ねん ひとり2ほんです。
3 水		○	りんご	ぎゅうどん だいこんのみそしる	★ぎゅうにゅう ★あぶらあげ ★みそ ★ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう	だいこん しらたき にんじん たまねぎ ねぎ ★りんご		
4 木	ソフト フランス	○	あんぱん フルーツ	※にくだんごのもちごめむし とうふのうまに	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★たまご ★うずらたまご ★とりにく ★ハム ★ぶたにく ★だいず かんてん	★パン もちごめ でんぶん ごまあぶら さとう あぶら	にんじん ししいたけ ねぎ しょうが ほうさい たまねぎ きくらげ ★みかん ★りんご ★もも	※てまきずしは、のりに ごはんをのせ、いか・えび・ ツナをまいてたべます。 ※いかは、 1〜4ねん ひとり1ほん 5・6ねん ひとり2ほんです。	
5 金		○	いよかん	※てまきずし(イカ・えび・ツナ) のっぺいじる	★ぎゅうにゅう やきとり ★なまあげ いか ★えび まぐろ	こめ さといも さとう ごま あぶら でんぶん ★マヨネーズ	だいこん さやえんどう こんにやく にんじん ごぼう ねぎ ★いよかん		※やきとりのくしの とりあつかいに ちゅういしてください。
8 月	シナモン トースト	○		クリームシチュー キャベツとウインナーのソテー	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ウインナー ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★バター さとう あぶら じゃがいも ★こむぎこ	キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ グリンピース マッシュルーム		
9 火		○	ぼんかん	ごはん さけのてりやき ぶたにくとだいこんのもの	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★さけ	こめ あぶら さとう	だいこん にんじん さやえんどう ねぎ しょうが ★ぼんかん	今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ	
10 水	バター ロール	○		メンチカツ(ソース) ボイルキャベツ スクランブルエッグ ミソストローネ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★ぶたにく ★たまご いんげんまめ	★パン あぶら ★バター じゃがいも さとう でんぶん ★パンこ	キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ マッシュルーム トマト セロリー ねぎ にんにく		今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ
12 金		○		わかめごはん ※やきとり かすじり、きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく わかめ ★とうふ ちくわ ★みそ	こめ むぎ でんぶん あぶら さとう さといも ごま	きゅうり だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ		
15 月	チョコ チップ パン	○	いよかん	マカロニグラタン やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★えび いんげんまめ ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★マカロニ あぶら じゃがいも ★こむぎこ ★バター ★パンこ	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー パセリ マッシュルーム ★いよかん	今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ	
16 火		○	キウイ フルーツ	カニチャーハン とうふだんごはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりにく ★かに ★たまご ★ハム	こめ さとう あぶら でんぶん ★バター	しょうが ねぎ こねぎ ほうさい にんじん きくらげ ごまつな ★キウイフルーツ		今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ
17 水	コブ マール	○		さかなのトマトソース マッシュポテト ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう めかじき ★ベーコン	じゃがいも ★パン ★バター でんぶん あぶら さとう	ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが にんじん トマト		
18 木		○	ぼんかん	たきこみおこわ いかにしょうゆやき いなかじり	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく いか ★あぶらあげ ちくわ ★なまあげ ★みそ	もちごめ こめ あぶら さといも さとう	ねぎ だいこん さやえんどう にんじん ししいたけ ごぼう こんにやく さやえんどう ★ぼんかん	今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ	
19 金	ミルク ツイスト	○		とりにくのようふうからあげ トマトペペロンチーノ ミックスベジタブル	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ベーコン ★だいず ★チーズ	★パン ★スパゲッティ あぶら ★こむぎこ ★バター オリーブあぶら	たまねぎ にんじん にんにく とうもろこし トマト		今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ
22 月	ジョ ア			カレーピラフ ウインナーのトマトいため キャロットスープ	★ジョア ★ウインナー ★とりにく ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	こめ ★バター さとう あぶら	にんじん たまねぎ ピーマン パセリ マッシュルーム トマト		
23 火	パンパン パン	○	※はるみ	かいせんチキンポン ※あげきょうぎ いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく たこ ★えび ★なると ★とりにく	★パン ★おきなわめん あぶら ごま パンこ ★こむぎこ ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう もやし ★だいずもやし ねぎ にんじん キャベツ ぜんまい にんにく たら しょうが たまねぎ とうもろこし ★はるみ	今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ	
24 水		○	りんご	てんしんどん(あまぎあん) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう わかめ ★とうふ ★とりにく ★たまご ★かに	こめ あぶら さとう でんぶん	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ ししいたけ さやえんどう しょうが ★りんご		今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ
25 木	マーガリン パン	○		さかなのバーベキューソース チーズポテト コーンとキャベツのスープ	★ぎゅうにゅう ★とりにく メルルーサ ★チーズ	★パン じゃがいも ★こむぎこ でんぶん あぶら さとう	にんじん とうもろこし たまねぎ ほうれんそう キャベツ ★りんご ねぎ にんにく しょうが		
26 金		○	パイン ゼリー	スパゲッティベスカートレ ボイルやさいかんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ほたて ★えび ★だいず たこ ★いか ★ベーコン	★スパゲッティ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	にんじん とうもろこし トマト たまねぎ マッシュルーム セロリー にんにく パセリ パインアップル	今月の 立川産の野菜・果物 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

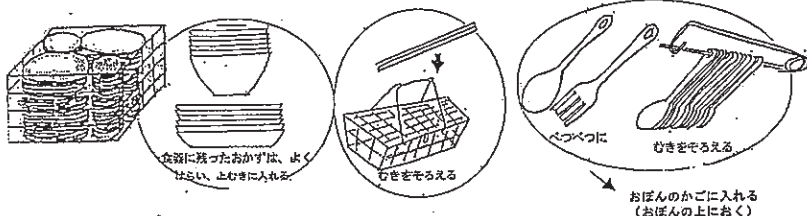
3日の「牛丼」は国産牛肉を使用します。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	668 kcal	27.1g
国の基準	660 kcal	13〜28g

《給食のあとかたづけ》の表を見て

かたづけましょう!

《立川市学校給食共同調理場》



☆今月のリクエスト献立☆

- 牛丼・・・・・・第十小
- 肉団子のもち米蒸し・・第十小
- 手巻きずし・・・・・・柏小
- 焼き鳥・・・・・・大山小
- チョコチップス・・・・第九小
- 鶏肉の洋風から揚げ・・第九小・けやき台小・西砂小
- トマトペペロンチーノ・柏小



2月の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食回数 19回 栄養指導目標 きゅうしょくくひょう えいようし どうくくひょう あとしまつをきちんとしよう 大豆は、血や筋肉のもと			※たべかたの ちゅうい ※そのた	
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき			
1 月		○		スパゲッティソー アメリカンドック(ケチャップソース) カレースープに	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ソーセージ ★だいず ★ベーコン	★スパゲッティ じゃがいも あぶら でんぶん ★バター さとう ★こむぎこ	たまねぎ にんじん あかピーマン パプリカ ピーマン しめじ にんにく トマト	 ※にくだんこの もちごめむしは ひとり2こです。
2 火		○	いちご ゼリー	だいずごはん いわしのみりんやき さつまじる つぼづけ	★ぎゅうにゅう いわし ★ぶたにく ★とうふ ★みそ ★だいず ★あぶらあげ	こめ あぶら さつまじり ごま さとう	だいこん にんじん ごぼう こんにやく ししいたけ ねぎ いちご レモン	
3 水	ソフト フランス	○	あんぱん フルーツ	※にくだんこのもちごめむし とうふのうまに	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★たまご ★うずらたまご ★とりこ ★ハム ★ぶたにく ★だいず かんてん	★パン もちごめ でんぶん ごまあぶら さとう あぶら	にんじん ししいたけ ねぎ しょうが はくさい たまねぎ きくらげ ★みかん ★りんご ★もも	※てまきずしは、のりに ごはんをのせ、いか・えび・ ツナをまいてたべます。 ※いかは、 1〜4ねん ひとり1ぽん 5〜6ねん ひとり2ぽんです。
4 木		○	りんご	ぎゅうどん だいこんのみそじる	★ぎゅうにゅう ★あぶらあげ ★みそ ★ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう	だいこん しらたき にんじん たまねぎ ねぎ ★りんご	
5 金	シナモン トースト	○		クリームシチュー キャベツとウインナーのソテー	★ぎゅうにゅう ★とりこ ★ウインナー ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★バター さとう あぶら じゃがいも ★こむぎこ	キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ グリンピース マッシュルーム	※にくだんこの もちごめむしは ひとり2こです。
8 月		○	いよかん	※てまきずし(イカ・えび・ツナ) のつべいじる	★ぎゅうにゅう やきのり ★なまあげ ★いか ★えび まぐろ	こめ さとう さとう ごま あぶら でんぶん ★マヨネーズ	だいこん さやえんどう こんにやく にんじん ごぼう ねぎ ★いよかん	
9 火	バター ロール	○		メンチカツ(ソース) ボイルキャベツ スクランブルエッグ ミネストローネ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★ぶたにく ★たまご いんげんまめ	★パン あぶら ★バター じゃがいも さとう でんぶん ★パンこ	キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ マッシュルーム トマト セロリー ねぎ にんにく	※やきとりのくしの とりあつかいに ちゅういしてください。
10 水		○	ぼんかん	ごはん さけのてりやき ぶたにくとだいこんのにも	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★さけ	こめ あぶら さとう	だいこん にんじん さやえんどう ねぎ しょうが ★ぼんかん	
12 金	チョコ チップ パン	○	いよかん	マカロニグラタン やさしいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりこ ★えび いんげんまめ ★なまクリーム ★チーズ	★パン ★マカロニ あぶら じゃがいも ★こむぎこ ★バター ★パンこ	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー パセリ マッシュルーム ★いよかん	今月の 立川産の野菜・果物
15 月		○		わかめごはん ※やきとり かすじる きゅうりのつけもの	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりこ わかめ ★とうふ ちくわ ★みそ	こめ むぎ でんぶん あぶら さとう さとういも ごま	きゅうり だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ	
16 火	ココア マール	○		さかなのトマトソース マッシュポテト ほうれんそうとコーンのソテー	★ぎゅうにゅう めかじき ★ベーコン	じゃがいも ★パン ★バター でんぶん あぶら さとう	ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが にんじん トマト	 にんじん ほうれんそう うど キウイフルーツ
17 水		○	キウイ フルーツ	カニチャーハン とうふだんごはくさいのスープ	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★とりこ ★かに ★たまご ★ハム	こめ さとう あぶら でんぶん ★バター	しょうが ねぎ こねぎ はくさい にんじん きくらげ こまつな ★キウイフルーツ	
18 木	ミルク ツイスト	○		とりこにのようふうからあげ トマトペペロンチーノ ミックスベジタブル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★だいず ★チーズ	★パン ★スパゲッティ あぶら ★こむぎこ ★バター オリーブあぶら	たまねぎ にんじん にんにく とうもろこし トマト	ぎょうざのキャベツ(22日) ※あげきょうざは、 ひとり2こです。
19 金		○	ぼんかん	たきこみおこわ いかのしょうゆやき いなかじる	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★あぶらあげ ちくわ ★なまあげ ★みそ	もちごめ こめ あぶら さとういも さとう	ねぎ だいこん さやいんげん にんじん ししいたけ ごぼう こんにやく さやえんどう ★ぼんかん	
22 月	パンブキン パン	○	※はるみ	かいせんチャンポン ※あげきょうざ いためナムル	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく たこ ★えび ★なると ★とりこ	★パン ★おきなわめん あぶら ごま パンこ ★こむぎこ ごまあぶら さとう でんぶん	ほうれんそう もやし ★だいずもやし ねぎ にんじん キャベツ ぜんまい にんにく たら しょうが たまねぎ とうもろこし ★はるみ	※きょうざは、 たちかさんのキャベツを しょうじています。
23 火		○	ジョ ア	カレーどら ウインナーのトマトいため キャロットスープ	★ジョア ★ウインナー ★とりこ ★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	こめ ★バター さとう あぶら	にんじん たまねぎ ピーマン パセリ マッシュルーム トマト	
24 水	マーガリン パン	○		さかなのバーベキューソース チーズポテト コーンとキャベツのスープ	★ぎゅうにゅう ★とりこ メルルーサ ★チーズ	★パン じゃがいも ★こむぎこ でんぶん あぶら さとう	にんじん とうもろこし たまねぎ ほうれんそう キャベツ ★りんご ねぎ にんにく しょうが	※はるみ ポンカンときよみオレンジを かけあわせたひんしゅです。
25 木		○	りんご	てんしんどん(あまずあん) ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう わかめ ★とうふ ★とりこ ★たまご ★かに	こめ あぶら さとう でんぶん	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ ししいたけ さやえんどう しょうが ★りんご	
26 金		○	バイン ゼリー	スパゲッティベスカトーレ ボイルやさしい(かんきつドレッシング)	★ぎゅうにゅう ★ウインナー ほたて ★えび ★だいず たこ ★いか ★ベーコン	★スパゲッティ じゃがいも あぶら ★バター オリーブあぶら さとう	にんじん とうもろこし トマト たまねぎ マッシュルーム セロリー にんにく パセリ バインアップル	

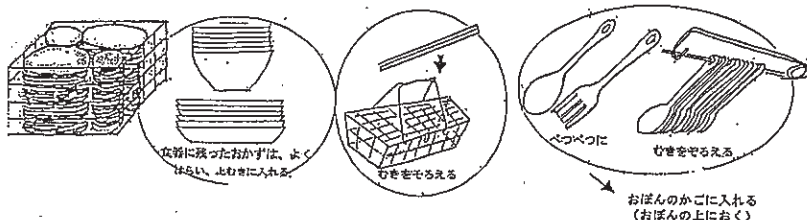
★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

4日の「牛丼」は国産牛肉を使用します。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	668 kcal	27.1g
国の基準	660 kcal	13〜28g

《給食のあとかたづけ》の表を見て

かたづけましょう！



《立川市学校給食共同調理場》

☆今月のリクエスト献立☆

- 牛丼・・・・・・・・・・第十小
- 肉団子のもち米蒸し・・第十小
- 手巻きずし・・・・・・柏小
- 焼き鳥・・・・・・・・・・大山小
- チョコチップパン・・第九小
- 鶏肉の洋風から揚げ・・第九小・けやき台小・西砂小
- トマトペペロンチーノ・柏小



の予定献立表(Aブロック)

平成21年度

A ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 給食回数 16回 栄養指導目標				※たべかたの ちゅうい ※そのた
				こんだてめい	ざいりょうのはたらき			
					ちやにくに なるもと（あか）	ちからやねつに なるもと（き）	からだのちようしを ととのえるもと（みどり）	
1 月		○		ちゅうかピラフ はるまき かきたまスープ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら ★こむぎこ さとう	たまねぎ にんじん ほうれんそう たけのこ しいたけ ★えだまめ キャベツ しょうが ねぎ	
2 火	ごま ロール （よこわり）	ヨー グル ト	キウイ フルーツ	※セルフバーガー（ハンバーガー・キャベツ） とろとろまめスープ	★ぎゅうにゅう ★だっしふんにゅう ★たまご ★ぶたにく いんげんまめ ★とうふ ★おから ★ベーコン	★パン ごま じゃがいも ★パンこ あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ カリフラワー セロリー さやいんげん キャベツ トマト ★キウイフルーツ	※セルフバーガーは、 パンにハンバーガー、キャベツ をはさんで食べます。
3 水		○	はるか	ちらしずし ※いかのかりんあげ さわにわん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★あぶらあげ ★たまご ★えび しらすばし やきのり	こめ さとう でんぶん ★こむぎこ あぶら	だいこん しょうが にんじん ごぼう しいたけ ねぎ れんこん かんぴょう さやえんどう ★はるか	※いかのかりんあげは、 ひとり2ほんです。
4 木	ソフト フランス	○	※りんご ゼリー	ポテトグラタン やさいスープ	★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★なまクリーム ★チーズ	★パン じゃがいも あぶら ★バター ★こむぎこ ★パンこ さとう	たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム セロリー パセリ ★りんご	※りんごゼリーは、 立川市の姉妹都市・ 長野県大町市のりんごを つかっています。
5 金		○	デコボン	マーボーどん ほうれんそうのいためもの	★ぎゅうにゅう ★えび ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	こめ あぶら ★バター さとう でんぶん ごまあぶら	キャベツ ほうれんそう とうもろこし にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが ★デコボン	
8 月	ピザ パン	○	ミックス フルーツ	ポトフ	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ	★パン じゃがいも あぶら さとう	かぶ たまねぎ ピーマン にんじん ねぎ さやいんげん セロリー いちご ★みかん ★もも ★りんご バインアップル	
9 火		○	きよみ オレンジ	かやくごはん ※ししゃものいそべあげ みそしる しばづけ	★ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ★たまご わかめ ★とりにく ★あぶらあげ ちくわ ★みそ	こめ ★こむぎこ じゃがいも あぶら さとう	きゅうり なす みょうが しょうが しそ かぶ こまつな たまねぎ ごぼう にんじん しいたけ さやえんどう ★きよみオレンジ	※ししゃもは、 1〜4ねん ひとり1ぽん 5、6ねん ひとり2ぽんです。
10 水		○	アイス クリーム	やきそば ※むしシウマイ ちゅうかスープ	★ぎゅうにゅう ★えび ★だいず ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★かまぼこ ★アイスクリーム	★むしちゅうかめん さとう あぶら でんぶん ★こむぎこ ごまあぶら	チンゲンサイ キャベツ にんじん きくらげ ねぎ はくさい たまねぎ しょうが	※シウマイは、 ひとり2こです。
11 木		○	いちご	うめわかごはん ぎせいでんぶ ぶたじり	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★たまご ★とりにく わかめ ★みそ	こめ あぶら さといも ごま さとう でんぶん	だいこん にんじん うめ ごぼう ねぎ たけのこ しいたけ こんにやく いちご	今月の 立川産の野菜・果物
12 金	バター ロール	○		えびフライ ポイルキャベツ（ソース） パセリポテト クリームスープ	★ぎゅうにゅう ★えび ★とりにく ★たまご ★なまクリーム	★パン じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★パンこ ★バター	キャベツ パセリ たまねぎ にんじん とうもろこし	 にんじん うど キウイフルーツ
15 月		○	キウイ フルーツ	ぶたキムチごはん ※うずらたまごのしょうゆに わかめスープ	★ぎゅうにゅう ★うずらたまご わかめ ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく おきあみ ★みそ	こめ さとう あぶら ごまあぶら ごま	はくさい だいこん にんじん たまねぎ もやし たけのこ ねぎ にんにく しいたけ さやえんどう しょうが ★キウイフルーツ	※うずらたまごは、 ひとり3こです。
16 火	ミニ あげパン	○	りんご	うどんラーメン ごもくちゅうかいだめ	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★やきそば ★ぶたにく ★うずらたまご ★みそ	★パン ★スパゲッティ あぶら さとう ごま でんぶん ごまあぶら	たまねぎ はくさい キャベツ うど たけのこ もやし にんじん ねぎ きくらげ さやえんどう にんにく しょうが とうもろこし ★りんご	
17 水		○		※せきはん つくねやき きのこじる、のざわなづけ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ひじき ささげ ★たまご ★とうふ	こめ もちごめ ごま さとう ★パンこ ごまあぶら あぶら でんぶん	にんじん ごぼう こんにやく だいこん れんこん ねぎ しいたけ しめじ えのきたけ みずな のざわな	※せきはんで 8ねんせいのそつぎょうを おいわいしましょう。
18 木	ミルク ツイスト	○	※たんかん	さかなのエスカベッシュ バターこふきいも やさいソテー	★ぎゅうにゅう めかじき ★ハム	★パン じゃがいも でんぶん ★バター ★こむぎこ あぶら オリーブあぶら さとう	もやし こまつな とうもろこし にんじん たまねぎ あかピーマン パセリ にんにく ★たんかん	※たんかん
19 金		○		なのはなごはん とりにくのてりやき よしのに	★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★とりにく ★いか ★たまご よしのに	こめ あぶら さとう ごま でんぶん	だいこん にんじん なのはな しょうが ごぼう たけのこ さやいんげん	
23 火		○	ぼんかん	スパゲッティミートソース こんさいサラダ（ごまドレッシング）	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★たまご	★スパゲッティ あぶら ごま ★バター ★こむぎこ さとう でんぶん	ごぼう だいこん にんじん トマト れんこん とうもろこし たまねぎ にんにく しょうが レモン ★ぼんかん	ボンカンとみかんをかけあわせた ひんしゅです。 あまみしょう・やくしま・おきなわ で1〜3がつにとれます。

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

6年生のみなさん！ 卒業おめでとございます

健康な体づくりのためには、いろいろな食品を
組み合わせることが大切です。
その際に、目安となるのが食品を赤・黄・緑の3
色にわけて、バランスよく食べる方法(3色食品群)
です。

みなさんも3つの色の食品を
覚えて、いろいろ組み合わせ
食べるようにしましょう。

赤・黄・緑
みんなそろって
栄養トピが!

赤・・・血や肉になるもと
黄・・・力や熱になるもと
緑・・・体の調子をととのえるもと



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	661 kcal	26.9g
国の基準	660 kcal	25.0g

＜立川市学校給食共同調理場＞

今月のリクエスト献立は

ハンバーガーけやき台小・第九小
ピザパン柏小
やきそば大山小・幸小・上砂川小
アイスクリーム松中小他7校
キムチごはん西砂小・新生小
あげパン大山小他4校
ラーメン南砂小・若葉小

3学期給食終了日

3月19日(金) けやき台小・南砂小・若葉小・幸小・大山小
柏小・松中小
3月23日(火) 第十小・第九小・西砂小・上砂川小・新生小

3月

の予定献立表(Bブロック)

平成21年度

B ブ ロ ッ ク	パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食回数 16回			給食目標 えいようし どうもくひょう 栄養指導目標			1年間、楽しく食事ができたか考えよう 食品の栄養と健康を考えて残さず食べよう		
				こんだてめい			ざいりょうのはたらき			※たべかたの ちゅうい ※そのた		
1 月	ごま ロール (はこわり)	コーヒ ー ぎゅう にゅう	キウイ フルーツ	※セルフバーガー(ハンバーガー・キャベツ) とろとろまめスープ			★ぎゅうにゅう ★だっしふんにゅう ★たまご ★ぶたにく いんげんまめ ★とうふ ★おから ★ベーコン			★パン ごま じゃがいも ★パンこ あぶら さとう でんぶ		
				ちゅうかピラフ はるまき かきたまスープ			★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★たまご			にんじん たまねぎ カリフラワー セロリー さやいんげん キャベツ トマト ★キウイフルーツ		
2 火		○										
3 水	ソフト フランス	○	※りんご ゼリー	ポテトグラタン やさしいスープ			★ぎゅうにゅう ★ベーコン ★とりにく ★なまクリーム ★チーズ			★パン じゃがいも あぶら ★バター ★こむぎこ ★パンこ さとう		
4 木		○		ちらしずし ※いかのかりんあげ さわにわん			★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★いか ★あぶらあげ ★たまご ★えび しらすばし やきのり			だいこん しょうが にんじん ごぼう しいたけ ねぎ れんこん かんぴょう さやえんどう ★はるか		
5 金	ピザ パン	○	ミックス フルーツ	ポトフ			★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ			★パン じゃがいも あぶら さとう		
8 月		○	デコボン	マーボーどん ほうれんそうのいためもの			★ぎゅうにゅう ★えび ★とうふ ★ぶたにく ★みそ			こめ あぶら ★バター さとう でんぶ ごまあぶら		
9 火		○	アイス クリーム	やきそば ※むしシュウマイ ちゅうかスープ			★ぎゅうにゅう ★えび ★だいき ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく ★たまご ★かまぼこ ★アイスクリーム			★むしちゅうかめん さとう あぶら でんぶ ★こむぎこ ごまあぶら		
10 水		○	きよみ オレンジ	かやくごはん ※ししゃものいそべあげ みそしる しばづけ			★ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ★たまご わかめ ★とりにく ★あぶらあげ ちくわ ★みそ			きゅうり なす みょうが しょうが しそ かぶ ごま たらこ ねぎ ごぼう にんじん しいたけ さやえんどう ★きよみオレンジ		
11 木	バター ロール	○		えびフライ ポイルキャベツ(ソース) パセリポテト クリームスープ			★ぎゅうにゅう ★えび ★とりにく ★たまご ★なまクリーム			★パン じゃがいも あぶら ★こむぎこ ★パンこ ★バター		
12 金		○	いちご	うめわかごはん ぎせいどうふ ぶたじる			★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とうふ ★たまご ★とりにく わかめ ★みそ			こめ あぶら さといも ごま さとう でんぶ		
15 月	ミニ あげパン	○	りんご	うどんラーメン ごもちゅうかいため			★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★やきぶた ★ぶたにく ★うずらたまご ★みそ			★パン ★スパゲッティ あぶら さとう ごま でんぶ ごまあぶら		
16 火		○	キウイ フルーツ	※たみちごはん ※うずらたまごのしょうゆに わかめスープ			★ぎゅうにゅう ★うずらたまご わかめ ★とりにく ★とうふ ★ぶたにく おきあみ ★みそ			こめ さとう あぶら ごまあぶら ごま		
17 水	ミルク ツイスト	○	※たんかん	さかなのエスカベッシュ バターこふきいも やさしいソテー			★ぎゅうにゅう めかじき ★ハム			★パン じゃがいも でんぶ ★バター ★こむぎこ あぶら オリーブあぶら さとう		
18 木		○		※せきはん つくねやき きのこじる のざわなづけ			★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ひじき ささげ ★たまご ★とうふ			こめ もちこめ ごま さとう ★パンこ ごまあぶら あぶら でんぶ		
19 金		○	ぼんかん	スパゲッティミートソース こんさいサラダ(ごまドレッシング)			★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★たまご			★スパゲッティ あぶら ごま ★バター ★こむぎこ さとう でんぶ		
23 火		○		なのはなごはん とりにくのてりやき よしのに			★ぎゅうにゅう ★なまあげ ★とりにく ★いか ★たまご ★うずらたまご			こめ あぶら さとう ごま でんぶ		

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。

**6年生のみなさん！
卒業おめでとございます**

健康な体づくりのためには、いろいろな食品を
組み合わせてとることが大切です。
その際に、目安となるのが食品を赤・黄・緑の3
色にわけて、バランスよく食べる方法(3色食品群)
です。

みなさんも3つの色の食品を
覚えて、いろいろ組み合わせて
食べるようにしましょう。

赤・黄・緑
みんなそろって
栄養♪♪

赤・・・血や肉になるもと
黄・・・力や熱になるもと
緑・・・体の調子をととのえるもと



中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	661 kcal	26.9g
国の基準	660 kcal	25.0g

<<立川市学校給食共同調理場>>

今月のリクエスト献立は

ハンバーガー けやき台小・第九小
ピザパン 柏小
やきそば 大山小・幸小・上砂川小
アイスクリーム 松中小他7校
キムチごはん 西砂小・新生小
あげパン 大山小他4校
ラーメン 南砂小・若葉小

3学期給食終了日

3月19日(金) けやき台小・南砂小・若葉小・幸小・大山小
柏小・松中小
3月23日(火) 第十小・第九小・西砂小・上砂川小・新生小

資料－14 諸室リスト

室 名		機能	要求事項		清浄度 区分	参考 面積 (㎡)	エリア計 面積 (㎡)	
			諸室計画関連	設備関連				
給食エリア	下処理エリア	荷受室	食材搬入用プラットホームから搬入された食材の荷受、仕分けを行うための室	・肉・魚類専用と野菜類専用の室を各々設けること。 ・食材搬入用プラットホームから食材を受け入れ、検収室に運ぶ移動動線を確保し、仕分け空間・カートの移動に留意すること。 ・7000食分の食材を短時間で荷受け・仕分けするための十分な広さ・形状の室を確保すること。 ・荷受台高さは床面から60cm以上とすること。	・手洗い設備を設置すること。 ・虫、砂塵、埃等の侵入防止のため、食材搬入用プラットホーム側搬入口にはエアーカーテンを設置し、検収室側の扉と同時に開口しない等、衛生管理に配慮した造りとする。	汚染 区域	25	645
		検収室	荷受けされた食材(肉・魚類、野菜・果物類、調味量類等)各々の検収を行い、専用容器に移し替える作業を行うための室	・肉・魚類専用と野菜類専用の室を各々設けること。 ・荷受室から下処理室への移動を考慮し、仕分け空間・カートの移動に留意すること。 ・器具洗浄室(1)の配置に留意すること。 ・検収台高さは床面から60cm以上とすること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・シンク等の機能上必要な設備を設置すること。	汚染 区域	110	
		器具洗浄室(1)	下処理エリアで使用した器具類の洗浄を行うための室	・下処理エリア専用の配置とすること。	・手洗い設備を設置すること。	汚染 区域	20	
		皮剥室	野菜(主ににんじん、じゃがいも等の根菜類)の皮剥ぎを行うための室	・野菜・果物類下処理室に隣接させ、カウンター等を通して食材のみを運べること。 ・野菜・果物類下処理室との相互視認性を確保すること。 ・移動式の野菜置き台の設置に留意すること。	・ビラー設備、シンクなどの必要設備を設置する。	汚染 区域	10	
		野菜・果物類下処理室	野菜・果物類食材の下処理を行い、上処理室に送るための室	・下処理ラインは、3槽シンクとし6ライン以上設置すること。 ・下処理ライン6ラインは、野菜専用1、根菜類用2、葉菜類用2、果物専用1の順に設置すること。 ・カウンターを設けること。 ・上処理室との境には、食品のみが移動する工夫を施すこと。 ・皮剥室、野菜・果物類上処理室との相互視認性を確保すること。 ・ビラーで処理された野菜の芽取りや根などを除去する作業台の設置に留意すること。 ・パススルーの棚はステンレス上面と下処理水槽がフラットとなるように設置するなど調理室への食材の受け渡しがスムーズになるようにすること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・使用器具を殺菌できる設備を設置すること。	汚染 区域	115	
		肉・魚類下処理室	肉・魚類食材の下処理を行うための室	・調理室に隣接させること。 ・揚物・焼物室、グリル室への食材の動線を考慮し配置すること。 ・肉・魚類専用の冷蔵・冷凍庫(パススルー式)を設置すること。 ・冷凍・冷蔵庫は、検収室と隣接させること。 ・室内に解凍庫(カートイン式)を設置すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	汚染 区域	50	
		割卵室	割卵の作業を行うための室	・検収室に隣接させること。 ・仕分け後、専用の冷蔵庫(2)で食材を保管すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	汚染 区域	30	
		食品庫	検収された缶詰、調味料等を25℃以下で保存するための室	・検収室に隣接させること。 ・保管する食品の種別、量により調整が容易な整理棚を工夫すること。 ・調味料庫は、液体調味料を保管できる扉付き収納棚や小袋を種類別に保管できる引出し式の収容棚を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。	汚染 区域	15	
		計量室	調理工程や調理容量毎に調味料、缶詰類、乾物類等の計量や仕分けを行うための室	・食品庫と調理室の間に設け、調理室とはパススルー等で食材の受け渡しを行えるようにすること。 ・缶きり機(食材用、調味料用)とその置き台を設置すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・食品や調味料を釜毎に仕分けするのに必要な器具を揃えること。 ・手洗い設備を設置すること。	汚染 区域	20	
		冷蔵庫 (1)～(4)	(1)肉・魚類専用 (2)卵・乳製品専用 (3)(4)野菜類専用	・(1)は、肉・魚類下処理室に隣接又は近接させること。 ・(2)は、割卵室に隣接又は近接させること。 ・(3)(4)は、野菜・果物類下処理室に隣接又は近接させること。 ・原則としてパススルー型とする。 ・その他、衛生上、使用上の理由により増やす場合は提案による。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。	汚染 区域	35以上	
		冷凍庫 ①～③	①肉・魚類専用 ②肉・魚類専用 ③野菜類専用	・①及び②は、肉・魚類下処理室に隣接させること。 ・③は、野菜類下処理室及び食品庫に隣接又は近接させること。 ・原則としてパススルー型とすること。(②を除く) ・その他、衛生上、使用上の理由により増やす場合は提案による。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・②は解凍用、冷凍用の切替調整が可能なものとする。	汚染 区域	20以上	
		油庫	揚げ物等に使用する食油を保存し、廃油を保管するための室	・食油納入・廃油回収の動線に配慮すること。 ・食油と廃油とを明確に区分し、混入がないように配慮すること。		汚染 区域	10	
		米庫	米を保管するための室	・納入・回収動線に配慮すること。 ・3日分21,000食分以上を貯米可能なサイロを導入し、米の使用順序の管理などを適正に行える施設・設備を導入すること(当日7,000食分を使った後も、2日分14,000食分を保管。)	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備を設置すること。	汚染 区域	45	
		洗米室	米を洗うための室	・連続式炊飯システム導入に合致した造りとする。		汚染 区域	10	
		炊飯室	米の炊飯調理を行うための室	・連続式炊飯システム導入に合致した造りとする。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備を設置すること。	非汚染 区域	115	
		可燃物庫 不燃物庫	食品の梱包材、容器等の廃棄物を保管するための室	・防塵・防虫対策に配慮すること。 ・分別して収納できる機能を有すること。 ・外部からの回収ができるようにすること。	・清掃用流しを設けること。	汚染 区域	15	

室 名			機能	要求事項		清浄度 区分	参考 面積 (㎡)	エリア計 面積 (㎡)
				諸室計画関連	設備関連			
給食エリア	調理エリア	野菜上処理室	下処理された野菜等をボイル用に切菜し、ボイル・冷却コーナー等に食材を送るための室	・野菜下処理室に隣接させること。 ・移動式の野菜置き台の設置に留意すること。 ・ボイル・冷却コーナーを設けること。 ・野菜カット、果物カットなど、それぞれの移動式の専用調理台の設置に留意すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備を設置すること。	非汚染区域	80	700
		調理室	下処理後の食材の切断等及び加熱調理のうち、煮物、炒め物、茹で物等の調理を行うための室	・蒸気がこもらないよう、天井高を設定すること。 ・下処理室との境には、食品のみが移動する工夫を施すこと(カウンター、パススルー冷蔵庫等)。 ・釜は、室内の往来動線に配慮して配置を行うこと。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	280	
		加工室	肉・魚類を使用したハンバーグ等の原材料の攪拌・成型などの作業を行うための室	・焼物・揚物室、グリルコーナー又はグリル室と隣接するように配置すること。 ・肉・魚下処理室、食品庫・計量室からの食材動線に配慮すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	汚染区域	20	
		焼物・揚物室	焼き物、揚げ物及び蒸し物の調理を行うための室	・蒸気がこもらないよう、天井高を設定すること。 ・オイルミストの飛散等に留意すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	135	
		グリルコーナー又はグリル室	鉄板でオムレツ、焼きそば、お好み焼き等の調理を行うための室	・蒸気がこもらないよう、天井高を設定すること。 ・オイルミストの飛散等に留意すること。 ・多人数での同時調理に対応できる作業空間を確保すること。 ・調理室と隣接するように配置すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	50	
		アレルギー対応調理室	食物アレルギーを持つ児童に、特別食(最大100食)を調理・配食するための室	・除去食、代替食にあわせた調理機能を備えること。 ・独立した室とし、食材や作業の動線に留意し、混入、誤配が起こらないように留意すること。 ・専用の食器容器消毒保管庫を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	50	
		和え物室	和え物の調理、冷却、配缶を行うための室	・作業効率化に配慮した動線とし、下ゆで用釜と冷却設備の配置を行うこと。 ・保冷库を隣接させること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	40	
		保冷库(1)(2)	下ゆでされた食材及び調理後の完成品を釜毎に保冷、保管するための室	・和え物室に隣接させること。 ・和え物室から台車にて出入りが可能とすること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。	非汚染区域	25	
		器具洗浄室(2)	調理エリアにて使用した容器・器具類やカートを洗浄するための室	・カート洗い場を設けること。	・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。	非汚染区域	20	
	洗浄エリア	コンテナ室	コンテナの消毒保管、コンテナへの食缶の詰め込み作業を行うための室	・洗浄室に隣接させること。 ・一部を通路状に設ける事で、食品の搬送を速やかにし、また洗浄済みの食缶が洗浄室を経由せずに収納できるように配慮すること。 ・カート洗い場を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・2階への配膳が可能な小荷物専用昇降機(W900mm×D1100mm×H1200mm程度)を設けること。	非汚染区域	390	850
		洗浄室(1)	洗浄された食器、食缶、コンテナ等の搬出先となる室(非汚染区域)	・コンテナ室に隣接すること。 ・カート洗い場を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。	非汚染区域	135	
		洗浄室(2)	食器、食缶、コンテナ等の洗浄を行うための室(汚染区域)	・洗浄室(1)、残菜庫に隣接すること。 ・カート洗い場を設けること。 ・食中毒等が起きた場合に、特定の1校分の全ての洗浄を行うための特別洗浄コーナーを設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・特別洗浄コーナーは、シャッターなどで区画し、専用シンクやカート洗い場を設けること	汚染区域	290	
		洗剤倉庫	洗剤類の他、必要品を保管するための室	・洗浄室に隣接すること。		汚染区域	15	
		残菜庫	残菜の計量、脱水等処理を行うための室	・プラットホームに隣接すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。	汚染区域	20	
	前室	前室(1)	体の埃などを洗浄し、手洗いを行うための室(栄養士専用)	・検収室と市側事務室に隣接すること。	・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	一般区域	5	175
		前室(2)～(3)	体の埃などを洗浄し、靴の履き替え、エプロン交換、手洗いを行うための室(主に、調理員専用)	・汚染区域、非汚染区域ごとに配置すること。 ・(2)は午前作業用とし、汚染・非汚染を区分すること。 ・(3)午後作業用とし、汚染・非汚染を区分すること。 ・踏込、姿見等を適宜設けること。 ・午前汚染区域の人の集中を考慮すること。	・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。 ・エアシャワーを設けること。	一般区域	165	
		前室(4)	配送／回収風除室の前室として利用するための室	・トラックバスと配送／回収風除室の間に配置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	・手洗い設備を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	一般区域	5	
	風除室	配送風除室	コンテナプールの前室として、外気が直接侵入する事を防ぐための室	・運転手控室近傍に配置すること。 ・配送口にドックシェルター(密閉型の入出庫口装置)を設置すること。		一般区域	35	70
		回収風除室	洗浄室の前室として外気が直接侵入する事を防ぐための室	・ドックシェルター(密閉型の入出庫口装置)を設置すること。		一般区域	35	

室 名		機能	要求事項		清浄度 区分	参考 面積 (㎡)	エリア計 面積 (㎡)
			諸室計画関連	設備関連			
事務 エリア	管理 諸室	市職員用事務室	市職員10名程度が業務、来訪者への対応を行うための室	・原則、1階に配置すること。 ・玄関ホールに面して配置し、窓口カウンターを設けること。 ・荷受け室に近接した位置に設けること。 ・事業者職員との打合せに使用できる打合せスペース(定員12人程度)を設け、適宜可動間仕切り壁の仕切りを設けること。 ・応接スペースを設けること。	・床仕様はOAフロアすること。	一般 区域	100
		事業者用事務室	事業者が執務に使用する室			一般 区域	適宜
		倉庫	市の所有する備品、文書類等の保管をおこなうための室	・個人情報等の管理のための必要な施設等の設備を設けること。 ・他に事業者側に必要な倉庫類は適宜設置する。	・文書類の保管に適した換気設備を設けること。	一般 区域	10
		湯沸室(1)～(2)	来客、職員用給湯・給茶等を行なうための室	(1)市職員用事務室に隣接すること。 (2)研修室に近接すること。		一般 区域	適宜
		運転手控室	運転手の控室	・配送前室近傍に配置すること。 ・専用の便所を設けること。		一般 区域	11
		研修室(1)～(2)	見学者の視察対応、研修、会議等を行うための室 (1)は事業者職員の昼食、休憩に使用することも可とする。 (2)は新献立の試験調理、食育活動などのための調理実習を行うためのスペースを兼ねる	(1)約50名分の座席を確保すること。 (2)約50名分の座席を確保すること。 ・移動間仕切りにより、2室を繋げて最大100人で利用可能な形態とすること。 ・調理室からの食事の配膳を考慮すること。 ・プロジェクター使用に対応した遮光カーテンを設置すること。 ・職員の昼食、休憩、試食会などの開催を考慮した床等仕上材を選定すること。 ・机、椅子等を収納するスペースを確保すること。	・(2)には調理実習台(仕様、数量は諸室備品リストによる)を設置すること。	一般 区域	200 (100+ 100)
		男子・女子休憩室	・調理員及び事務職員が休憩等を行うための室	・男性、女性用に分けること。 ・従業員数から規模を設定すること。 ・調理室に近接する必要はない。 ・外部者(見学者)とは明確に遮断された動線計画とすること。		一般 区域	適宜
		男子・女子更衣室 (調理員用)	・調理員及び事務職員が更衣等を行うための室	・各々の休憩室に隣接させること。 ・男性、女性用に分けること。 ・個人ロッカーを配置すること。 ・従業員数から規模を設定すること。	・シャワー、洗面台を適宜設けること	一般 区域	適宜
		手洗室	主に調理員が手洗いを行なうための室	・洗濯乾燥室に隣接すること。 ・手洗い器を5基程度配置すること。 ・手洗いコーナーでも可。		一般 区域	適宜
		洗濯乾燥室	主に調理員、市職員の白衣等を洗濯・乾燥するための室	・調理員用更衣室の近傍に配置すること。	・調理員、市職員の人数を考慮し、適切な時間で洗濯できる能力を有する機器を選定し、適宜設置すること。	一般 区域	適宜
		調理員専用トイレ	・調理員専用とする。	・男女個々に設けること。 ・調理員用更衣室に近接させること。 ・男:大1、小2、女:大4 ・調理衣の着脱場所を便所の個室の前に設けること。 ・便所の個室に手洗いを設置し、便器に座った状態で手洗いが出来るようにすること。	・大便器は全て洋式・シャワー式とすること。	一般 区域	適宜
		男子・女子更衣室 (市職員用)	市職員が更衣等を行うための室	・男性、女性用に分けること。 ・市事務室に隣接すること。		一般 区域	適宜
		リフレッシュルーム	職員等が休憩を行なう室	・研修室近傍に配置すること。 ・自販機を2台設置可能なスペースを設けること。		一般 区域	適宜
		生ゴミ置場	残菜庫にて処理された生ゴミをポリバケツにて一時保管しておく室	・残菜庫、プラットホームに隣接させること。 ・防塵・防虫・防臭対策に配慮すること。 ・ゴミ処理業者が作業が適切に行なえる場所に扉を設置すること。		汚染 作業 区域	適宜

室 名			機能	要求事項		清浄度 区分	参考 面積 (㎡)	エリア計 面積 (㎡)
				諸室計画関連	設備関連			
事務エリア	共用部その他	玄関・ホール	従業員(調理員、事務職員)、見学者が利用する出入口	・事務室を隣接させること。 ・玄関・ホール付近にトイレを設置すること。 ・メイン出入口からの動線、防犯に配慮すること。 ・風塵等の侵入を防ぐ風除室を設けること。 ・段差を設ける場合にはスロープを設置する等身障者にも利用しやすい仕様とすること。		一般 区域	適宜	
		トイレ	・建物利用者(職員・見学者共)が使用するトイレ	・男性、女性用に分けること。 ・適宜分散配置すること。 ・多目的トイレを1室以上設けること(男女共用)。	・大便器は全て洋式・シャワー式とすること。	一般 区域	適宜	
		倉庫	必要品を保管する倉庫	・適宜分散配置すること。		一般 区域	適宜	
		防災用食糧備蓄庫	災害時に備え、アルファ米や必要備品を保管する倉庫	・20,000食分のアルファ米セットを備蓄するため、20㎡程度のスペースを確保すること。 ・重量棚の配置に配慮した室形状とすること。 ・原則1階に設置し、屋外、屋内の両方から出入りできる構造とすること。 ・屋外からの搬出入に配慮したプラットフォームを設けること。 ・警備区分に配慮すること。	・適温湿度保管のため、空調機(除湿機能付)を備えること。	一般 区域	20	
		廊下 (見学ホール含む)	建物利用者(職員・見学者共)が使用する廊下	・利用者間の動線に配慮した計画とすること。 ・関連する福祉、バリアフリー関連条例に適合した仕様とすること。 ・一部、調理室等を見学できる見学通路として使用するための配慮を行うこと。 ・展示コーナーに調理器具(大しゃもじなど)が展示できるスペースを設けること。		一般 区域	適宜	
		階段 エレベータ (小荷物用含む)	建物利用者(職員・見学者共)が使用する階段・エレベータ	・関連する福祉、バリアフリー関連条例に適合した仕様とすること。		一般 区域	適宜	
		機械室		・機能上適切な位置に配置すること。 ・設備システムに基づく必要諸室を適宜配置すること。		一般 区域	適宜	
	屋外施設	食材搬入用 プラットフォーム	食材納入のトラック等から食材の搬入を行うための空間	・肉・魚類、野菜・果物類の2ヶ所以上に分離すること。 ・肉・魚類専用プラットフォームでは、肉・魚・卵等を搬入すること。 ・野菜・果物専用プラットフォームでは、野菜・果物・乾物等を搬入すること。 ・荷受室に隣接して設けること。 ・トラック荷台からのスムーズな食材搬入が可能な床面の高さとする。 ・食材が混在する事のないよう十分なスペースを設けること。 ・雨等の吹き込みに配慮し、かつトラック高さに配慮した必要十分な大庇を設置すること。	・手洗い設備を設置すること。 ・衛生管理に配慮し、虫、砂塵、埃等の侵入防止のため、荷受室との出入口にはエアーカーテンを設置すること。	屋外	適宜	
		トラックバース	給食配送車、食材搬入車等がプラットフォームに寄りつくための駐車スペース	・配送に十分な幅、奥行きとすること。 ・必要十分な大庇を設置すること。		屋外	適宜	
		配送車車庫	配送車両専用の車庫	・車両動線、歩行動線に配慮した計画とすること。 ・トラック車庫はシャッター等により閉め切ることが可能な構造とすること。 ・構造・仕上げは衛生管理の面にも配慮すること。		屋外	-	
		駐車場	建物利用者が使用する駐車場	・車両動線、歩行動線に配慮した計画とすること。 ・市庁用車用・来客用5台、身障者用2台とすること。 ・施設見学の40人乗バスが2台駐車できるスペースを確保すること。 ・その他事業者従業員用は適宜設置すること。		屋外	-	
		自転車・バイク駐車場	建物利用者が使用する自転車・バイク駐車場	・市庁用車用10台を確保すること。 ・その他、適宜とすること。		屋外	-	
		排水処理施設		・管轄する東京都・立川市との協議を行い、能力を決定すること。	・給食センターからの排水を十分に処理できる能力を持った機能とすること。	屋外	-	
		受水槽		・給水が不足しないよう十分な容積(60t以上)を確保すること。 ・防災用の貯水機能を兼ねること。		屋外	-	
		消火水槽		・適切な場所に40m ³ ×2基の消火水槽をバランスよく設置すること。		屋外	-	
		雨水貯留・浸透施設		・容量は東京都及び立川市の要綱によること。 ・建物下部に設ける場合は、調理エリア下を避けて配置すること。		屋外	-	

※各室に設置する厨房設備、什器・備品類については、別途資料による
 ※厨房設備の設置・稼働に必要なインフラ設備については、上記要求事項によらず、適宜設置すること。

資料－15 厨房設備参考リスト

No.	品名	規格寸法(mm)			台数
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)	
A	<下処理エリア(荷受室・検収室・下処理室等)>				
1	荷受台(H600)	1800	600	400	4
2	デジタル台秤	350	640	804	4
3	L型運搬台	900	600	800	4
4	移動台	1200	750	850	14
5	保存食用冷凍庫(食材)	745	800	2000	1
6	粉碎流し台	1500	750	850	1
7	制御盤(粉碎流し台用)	500	200	500	1
8	三槽シンク	2400	750	850	1
9	三槽シンク	3000	750	850	1
10	器具消毒保管機(両面式)	1280	950	1880	3
11	器具消毒保管機(片面式)	2560	950	1880	1
12	プレハブ冷蔵庫(3)野菜・果物類専用	4350	2650	2400	1
13	プレハブ冷蔵庫(4)野菜・果物類専用	2000	2650	2400	1
14	プレハブ冷凍庫③野菜・果物類専用	2000	2650	2400	1
15	ラック	1821	613	1587	3
16	ラック	1212	613	1587	3
17	プレハブ冷蔵庫(1)肉・魚類専用	2750	3650	2400	1
18	プレハブ冷凍庫①肉・魚類専用	2000	2650	2400	1
19	ラック	1821	613	1587	4
20	ラック	1518	613	1587	4
21	二槽シンク	1500	750	850	1
22	移動式ピーラー	1055	850	1060	2
23	移動式受槽	850	750	953	2
24	包丁まな板殺菌庫	850	600	1430	2
25	器具消毒保管機(片面式)	2560	950	1880	2
26	器具消毒保管機(片面式)	1280	950	1880	1
27	三槽シンク	2400	750	850	10
28	作業台(H600)	1200	750	850	8
29	パススルー冷蔵庫	1210	850	2000	3
30	包丁まな板殺菌庫	600	600	1650	1
31	プレハブ冷凍冷蔵庫②肉・魚類専用	5500	2350	2400	1
32	ラック	1518	613	1587	4
33	ラック	1062	613	1587	2
34	パススルー冷蔵庫	1800	850	2000	1
35	掃除用具入れ	500	500	1800	4
36	ラック	1821	613	1892	1
37	ラック	1518	613	1892	2
38	冷蔵庫	1210	800	2000	1
39	移動台	900	600	850	6

No.	品名	規格寸法 (mm)			台数
		幅 (W)	奥行き (D)	高さ (H)	
40	器具消毒保管機	1280	750	1880	2
41	二槽シンク	1500	750	850	1
42	作業台	1500	750	850	1
43	電動缶切機	230	450	388	2
44	デジタル卓上秤	242	288	120	2
45	プレハブ冷蔵庫(2)卵・乳製品専用	1460	800	2000	1
46	作業台	900	750	850	2
47	三槽シンク	2100	750	850	1
48	割卵機	500	750	1010	1
49	受台 (H600)	1200	750	600	1
50	パススルー冷蔵庫	1460	850	2000	1
B <上処理・釜調理室>					
1	移動台	1200	750	850	12
2	移動台 (H600)	900	750	850	7
3	移動台付フードスライサー	1045	800	1430	3
4	移動式野菜切機	820	950	1120	2
5	移動式サイノ目切機	800	700	1194	2
6	受槽	870	700	953	7
7	フードカッター	640	530	530	1
8	フードカッター置台 (H600)	900	750	850	1
9	移動式高速度ミキサー	420	590	1060	2
10	受槽	500	530	900	2
11	保存食用冷凍庫(製品)	745	800	2000	1
12	三槽シンク	2400	750	850	1
13	スパテラスタンド	270	270	620	10
14	ザル運搬ラック	1400	700	1200	14
15	蒸気回転釜	1973	1536	1065	16
16	スチームコンベクションオープン	1050	915	1915	1
17	配缶台	1400	700	600	14
18	三槽シンク	2700	900	850	1
19	器具消毒保管機(両面式)	1280	950	1880	3
20	掃除用具入れ	500	500	1800	1
C <和え物室>					
1	パススルー真空冷却機	1625	1790	2110	2
2	器具消毒保管機(両面式)	1745	950	1880	1
3	移動台				3
4	三槽シンク	2400	750	850	1
5	プレハブ保冷库(2)(和え物)	3500	1500	2400	1
6	和え物用回転釜	1656	995	927	2

No.	品名	規格寸法 (mm)			台数
		幅 (W)	奥行き (D)	高さ (H)	
7	プレハブ保冷库 (1) (製品)	5850	3500	2400	1
D <焼物・揚物室/グリル室>					
1	移動台	1200	750	850	9
2	連続式揚物機	6100	1427	1770	1
3	油切コンベアー	1803	680	843	1
4	受台 (H600)	1200	750	850	1
5	油濾過機	2080	612	1203	1
6	油濾過システム制御盤	500	200	600	1
7	新油タンク	1435	735	1926	1
8	廃油タンク	1435	735	1926	1
9	スチームコンベクションオーブン	1050	850	1915	5
10	ガス回転釜	1290	1140	820	1
11	配缶台	1400	700	600	3
12	三槽シンク	3000	750	850	1
13	器具消毒保管機 (両面式)	2560	950	1880	1
14	フードミキサー	2180	685	1150	2
15	器具消毒保管機 (片面式)	900	950	1880	1
16	二槽シンク	1800	750	850	1
17	グリルテーブル	1500	1200	850	4
18	掃除用具入れ	500	500	1800	1
E <アレルギー食調理室>					
1	器具消毒保管機	1280	950	1880	1
2	冷凍冷蔵庫	745	800	2000	1
3	三槽シンク	2100	750	850	1
4	作業台	900	750	850	2
5	IH調理器	900	750	850	2
6	スチームコンベクションオーブン	700	697	510	1
7	置台	1200	750	850	1
8	戸棚付作業台	1500	750	850	3
9	吊戸棚	1500	350	600	3
10	マルチミキサー	360	330	570	2
11	電子レンジ	490	383	320	2
12	移動台				4
13	熱風消毒保管機	1280	950	1880	1
14	掃除用具入れ	500	500	1800	1
F <米庫・洗米室・炊飯室>					
1	L型運搬車	900	600	800	2
2	米サイロ・バケットコンベヤ	2710	1130		1

No.	品名	規格寸法(mm)			台数
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)	
3	分量機	400	350	265	1
4	連続洗米機	1360	650	900	1
5	炊飯システム制御盤				1
6	浸漬配水配米機	1625	1200	3250	1
7	配米コンベア	3100	740	682	1
8	連続炊飯器・連続釜下降機	8530	1000	2345	1
9	蓋取りコンベヤ	2150	560	675	1
10	反転ほぐし機	1525	1205	1379	1
11	食缶計量機	1000	573	1057	1
12	洗浄前空釜搬送コンベヤ	2000	500	680	1
13	炊飯釜・蓋洗浄機	5680	1160	1680	1
14	返却コンベア	2000	900	900	1
15	移動台	1200	750	850	3
16	三槽シンク	2700	900	850	1
17	配缶台	1400	700	600	3
18	掃除用具入れ	500	500	1800	1
G <洗浄室(1)(2)、残菜庫等>					
1	移動台	1500	900	850	10
2	台付二槽シンク(1台は特別)	1800	750	850	3
3	小物洗浄機	900	600	926	1
4	残菜計量機	2050	880	934	1
5	粉碎流し台	1500	1500	850	1
6	制御盤(粉碎流し台用)	500	200	500	1
7	食缶下洗い機	2950	1800	2050	1
8	食缶洗浄機	7850	1880	2250	1
9	自動トレイ供給装置	850	1200	281	1
10	トレイ洗浄機	7600	1525	2350	1
11	トレイ自動受取装置	1380	1250	1095	1
12	立体浸漬槽	8100	1570	1850	1
13	食器自動供給装置	700	1400	281	2
14	食器洗浄機	8200	1725	2350	2
15	食器自動受取装置	900	1450	1095	2
16	コンテナー洗浄機	9700	2660	3050	1
17	コンプレッサー	926	710	1180	1
18	ラック	1821	613	1892	4
19	コンテナー消毒保管室	19000	16000	2400	1
20	食缶消毒保管室	18500	3500	2400	1
21	予備食器消毒保管室	7500	2500	2400	1
22	コンテナー	900	770	1170	120
23	食缶保管用カート	750	900	1720	35

No.	品名	規格寸法 (mm)			台数
		幅 (W)	奥行き (D)	高さ (H)	
24	炊飯釜保管用カート	750	900	1720	7
25	予備食器保管用カート	750	900	1720	8
26	消毒室制御盤				1
27	調整タンク	1300	1000	1650	1
28	厨芥脱水機	1295	650	1450	1
29	ポリバケツ交換装置	1250	1250	329	1
30	制御盤(厨芥脱水機)	600	200	500	1
31	掃除用具入れ	500	500	1800	3
H	＜準備室/その他＞				
1	白衣・エプロン消毒殺菌庫	1200	600	1800	10
2	短靴消毒殺菌庫	900	600	1800	8
3	ウォーターチリングユニット	2570	760	1500	2
4	屋外タンクユニット	1100	1630	1675	2

資料－16 食器・食缶等及び学校使用備品リスト

品 名	型 式	W	D	H	数量	備考
食器類						
飯椀	強化磁器食器	145	145	61	7,000	市指定絵柄付
汁椀	強化磁器食器	145	145	61	7,000	市指定絵柄付
深皿	強化磁器食器	180	180	39	7,000	市指定絵柄付
小皿	強化磁器食器	130	130	32	7,000	市指定絵柄付
トレイ	FRP製	428	318	19	7,000	
先丸スプーン	穴明 150mm				7,000	ステンレス製
フォーク	穴明 150mm				7,000	ステンレス製
はし	強化木 195mm				7,000	
アレルギー対応食用容器						
アレルギー対応食用容器					200	安全性に優れ食品による着色が少ないもので、消毒保管のため耐熱性を有するもの
配膳器具						
汁杓子	ステンレス				440	2個／1クラス
うどん杓子	ステンレス 90mm				440	2個／1クラス
トンブ	ステンレス 爪型				440	2個／1クラス
パンバサミ	ステンレス 並型 220mm				440	2個／1クラス
飯しゃもじ	樹脂製 エンボス加工品				440	2個／1クラス
食缶						
汁物食缶	丸型16リットル	315	315	320	220	オールSUS製 高断熱性能品
汁物食缶	丸型10リットル	315	315	240	220	オールSUS製 高断熱性能品
和え物・サラダ食缶	角型13リットル	370	320	200	220	オールSUS製 高断熱性能品
フライ缶	角型7リットル	370	320	130	220	オールSUS製 高断熱性能品
その他食缶	丸型4リットル	290	265	190	300	オールSUS製 高断熱性能品
残菜回収用食缶	丸型6リットル	230	230	95	440	アルマイト 一重 クリップ・パッキン付
食器籠類						
飯椀用籠(プレート付)		320	240	230	220	ナイロンコーティング
汁椀用籠(プレート付)		320	240	230	220	ナイロンコーティング
深皿用籠(プレート付)		350	330	230	220	ナイロンコーティング
小皿用籠(プレート付)		320	200	230	220	ナイロンコーティング
トレイ用籠(プレート付)		480	240	230	220	ナイロンコーティング
スプーン・フォーク通し	ステンレス				440	2個／1クラス
スプーン・フォーク籠	ステンレス				440	2個／1クラス
はし籠	ステンレス				220	洗浄機用
配膳台・配膳車類						
配膳用運搬車	ステンレス製 棚2段以上	960	660	825	220	1クラス分の食缶・食器籠類を積載可能なものとする 食缶の転倒・脱落防止に配慮すること
配膳台	親子スライド式	1200 (2250)	450	560	220	学校教室に据置き、配膳に使用するコンパクトに収納可能で耐久性、耐擦傷性に優れたものとする

※上表W、D、Hの単位はmmとし、参考値とする。

資料－17 諸室備品リスト

□研修室(1)(2)

名 称	数量	単位	仕 様 等
移動間仕切	1	式	研修室(1)、(2)を分割可能なように設ける 一般パネルタイプ
長机	35	台	W1800×D600×H720程度 3人掛け・折りたたみ式 キャスター付
椅子	110	脚	パイプ式・折りたたみ式または積み重ね式(ラック共)
ホワイトボード	4	台	W1900mm×H1800mm ホーロー両面脚付回転式
投影用スクリーン	1	幕	天井内(壁面)収納式 100インチ(16:9サイズ 縦1245mm×横2214mm程度)とする。
演台	1	台	W1200mm×D480mm×H1000mm程度
AV機器	1	式	・DLPプロジェクター(5000ルーメン以上) ・ワイヤレスマイク2本(マイクスタンド付) ・スピーカー ・10型モニター設備 ・メディアプレーヤー(DVD、VHS、その他主要なメディアに対応したもの) ・ノートパソコン ・ワゴン
テレビ	1	台	40インチ以上 地上デジタル放送対応型
メディアプレーヤー	1	台	DVD、VHS、その他主要なメディアに対応したもの
講師用調理台	1	台	アイランド型 W2400×D900×H800程度 SUS天板 3口コンロ、オーブンレンジ組込タイプ 上部に排気フード、吊り鏡を設ける
システムキッチン	5	台	・壁面設置直線型 W2100×D650×H800程度 3口コンロ、オーブンレンジ組込タイプ ステンレスシンク、シャワー付混合水栓(ヘッド引出しタイプ) レンジフード、吊戸棚W1350×D450×H600含む SUS天板 扉材:メラミン化粧板程度
家庭用冷凍冷蔵庫	1	台	500リットル以上
炊飯器	3	台	2升炊き
ミキサー	6	台	マルチタイプ(ジューサー、ミキサー、スライサー等の機能を有するもの)
ホットプレート	6	台	
フライパン	6	式	高強度ふっ素樹脂加工 2点 (1)28cmフライパン (2)20cmフライパン
やかん	6	個	ステンレス製 6L
鍋類	6	式	ステンレス製 蓋付き 以下参考サイズ (1)片手鍋(内径16cm)・・・約最大幅31.5奥行17.3高さ13cm・容量1.5L (2)両手鍋(内径16cm)・・・約24.7×17.3×15cm・2L (3)両手鍋(内径20cm)・・・約29×21.3×15cm・2.5L (4)両手鍋(内径24cm)・・・約33×25.8×18cm・5.4L
ボウル類	6	式	ステンレス製 3点 以下参考サイズ (1)小:直径171×高さ74mm (2)中:直径208×高さ90mm (3)大:直径278×高さ124mm
ざる	6	式	ステンレス製 3点 以下参考サイズ (1)小:直径165×高さ71mm (2)中:直径203×高さ88mm (3)大:直径268×高さ121mm
バット	6	個	ステンレス製 3枚 参考寸法 約22×16.8×3.7(高さ)cm ステンレス網1枚付
まな板	6	個	耐熱・抗菌 樹脂製 440×250×15程度
包丁	6	式	ステンレス製 3点 参考サイズ (1)15cm (2)24cm (3)27cm
キッチンはさみ	6	個	ステンレス製
フライ返し	6	個	ステンレス製
デジタル台秤	6	個	

名 称	数量	単位	仕 様 等
赤外線温度計	6	個	
計量カップ	6	式	ステンレス製 口付 2点 (1)200CC (2)500CC
泡立て器	6	個	ステンレス製 330mm程度
しゃもじ	6	個	樹脂製 抗菌 エンボス加工
缶切器	6	個	回転式
ゴムベラ	6	個	
油引	6	個	小判型 大
レードル	6	式	ステンレス製 2点 (1)φ90 (2)φ76

□市職員用事務室

名 称	数量	単位	仕 様 等
事務机(一般職員用)	10	台	平机 W1100×D700×H700 ワゴン W400×D580×H630
事務机(管理職用)	1	台	両袖机 W1400×D700×H700
椅子(一般職員用)	10	脚	W650×D590×H970 肘付・布製・調整機構付・回転式・キャスター付
椅子(管理職用)	1	脚	W650×D680×H1020 ミドルバック・肘付・布製・調整機構付・回転式・キャスター付
収納用キャビネット	10	台	ラテラルキャビネット W900×D450×H1050
両開き書庫	10	台	W900×D450×H1400程度 上置型 収納用キャビネットと合わせて壁面キャビネットとする
長机	4	台	W1800×D600×H720程度 3人掛け・折りたたみ式 キャスター付
椅子(会議用)	12	脚	W650×D680×H1020 ミドルバック・肘付・布製・調整機構付・回転式
可動間仕切	1	式	打合せスペースとその他の執務スペースを隔てるよう適宜設置
ホワイトボード	1	面	壁掛け式 W1800mm×H900mm程度 月予定スケジュール管理用
ホワイトボード	1	面	W1900mm×H1800mm程度 ホーロー両面脚付回転式
応接セット	1	式	センターテーブル 3人掛け×1・1人掛け×2
ロッカー	4	台	スチール製 3連型 W900mm×D500mm×H1800mm程度 鍵付
金庫	1	台	内容量50L以上

□展示コーナー

展示ケース	適宜	—	調理器具(大しゃもじ等の大型の特徴的なもの)を数種類展示できるものとする。
-------	----	---	---------------------------------------

□倉庫

重量棚	適宜	—	文書保存箱 W400×D320×H290 を50箱以上保管できる棚(可動式)とし、地震転倒防止対策を行う
-----	----	---	--

□防災用食糧備蓄庫

重量棚	適宜	—	アルファ米セット 50食あたり343×333×180mm 5kgのダンボールを400箱格納できる棚(可動式)で、地震転倒防止対策を行う
-----	----	---	---

資料－18 配送先各学校の給食開始時間及び後片付け終了時間

■平成 22 年度

学校名	給食開始時間	給食終了時間
第九小学校	12:10	12:50
第十小学校	12:20	13:05
けやき台小学校	12:20 (水曜 12:10)	13:05 (水曜 12:55)
西砂小学校	12:20 (水曜 11:55)	13:00 (水曜 12:35)
南砂小学校	12:20	13:00
若葉小学校	月・水 12:10 火・木・金 12:20	月・水 12:50 火・木・金 13:00
幸小学校	12:20	13:05
松中小学校	12:05	12:50
大山小学校	12:10 (水曜 12:30)	12:55 (水曜 13:15)
柏小学校	12:20	13:00
上砂川小学校	12:05 (水曜 12:10)	12:50 (水曜 12:55)
新生小学校	12:20	13:00

□平成 21 年度（参考）

学校名	給食開始時間	給食終了時間
第九小学校	12:20	13:00
第十小学校	12:20	13:05
けやき台小学校	12:20	13:00
西砂小学校	12:20	13:00
南砂小学校	12:20	13:00
若葉小学校	12:20	13:00
幸小学校	12:20	13:05
松中小学校	12:05	12:50
大山小学校	12:15	13:00
柏小学校	12:20	13:00
上砂川小学校	12:10	12:55
新生小学校	12:20	13:00

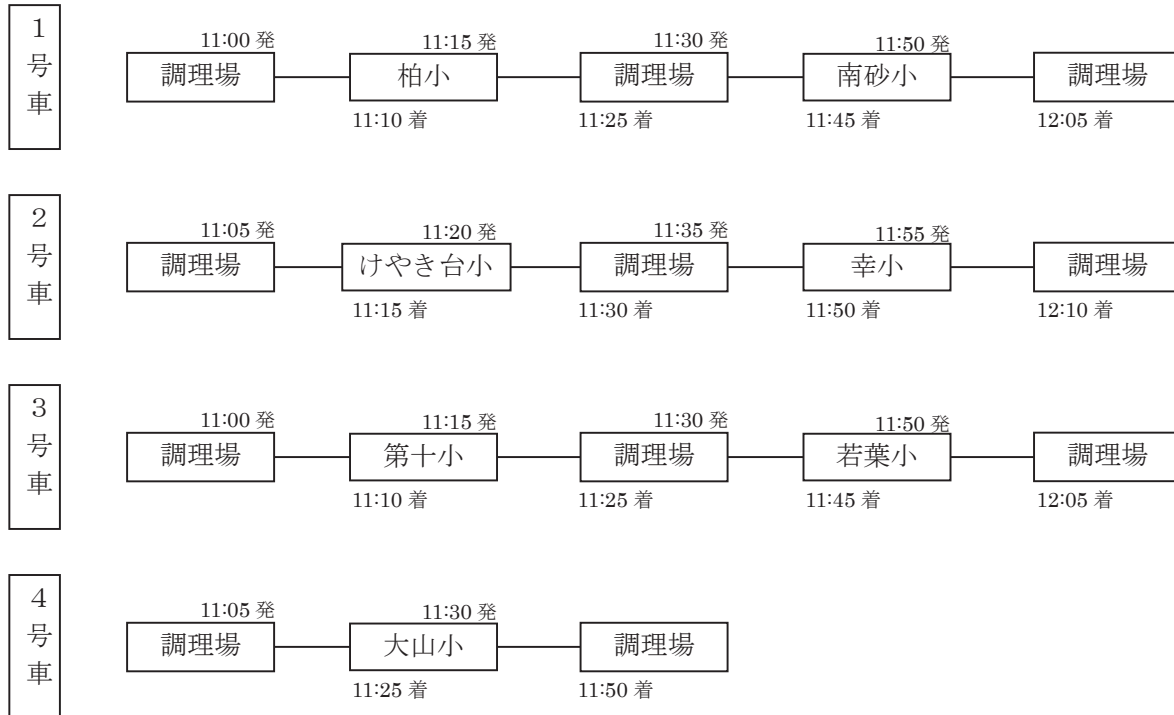
※ 給食開始時間及び終了時間は、週の内 1 日だけ異なる場合がある。

資料－19 配送・回収計画

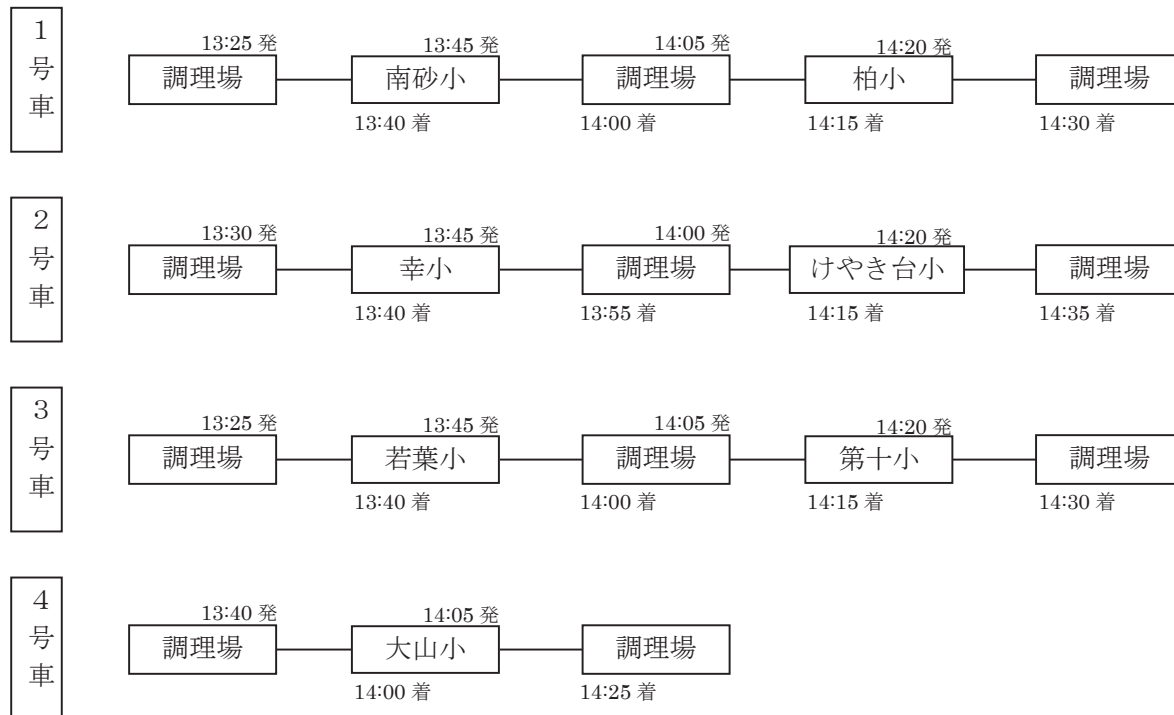
平成 22 年度

■第一学校給食共同調理場

【配送】

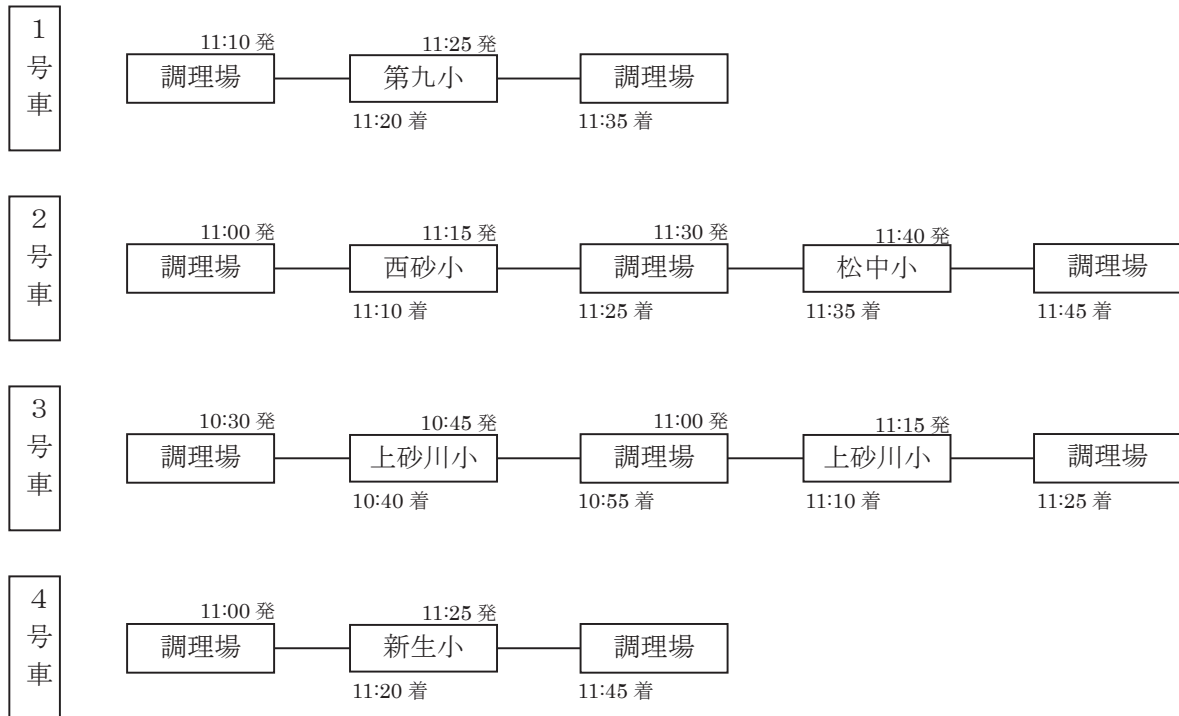


【回収】



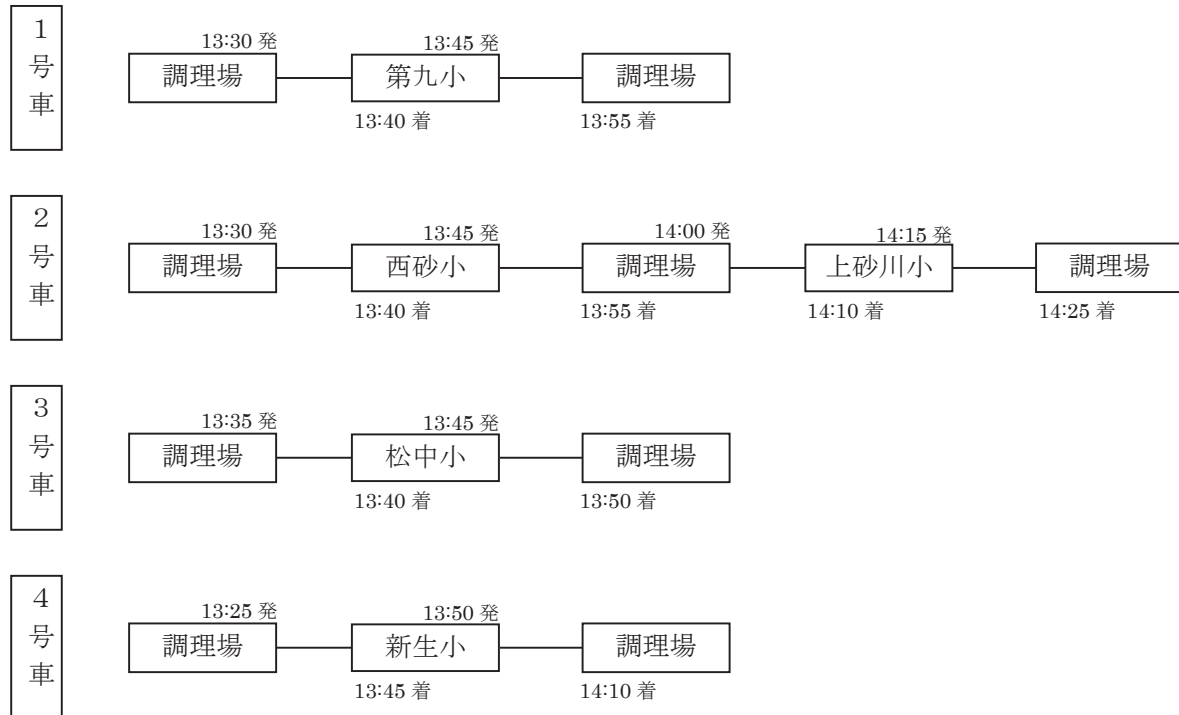
■第二学校給食共同調理場

【配送】



※1号車は、他場所の忘れ物等にも対処する予備車とすること。

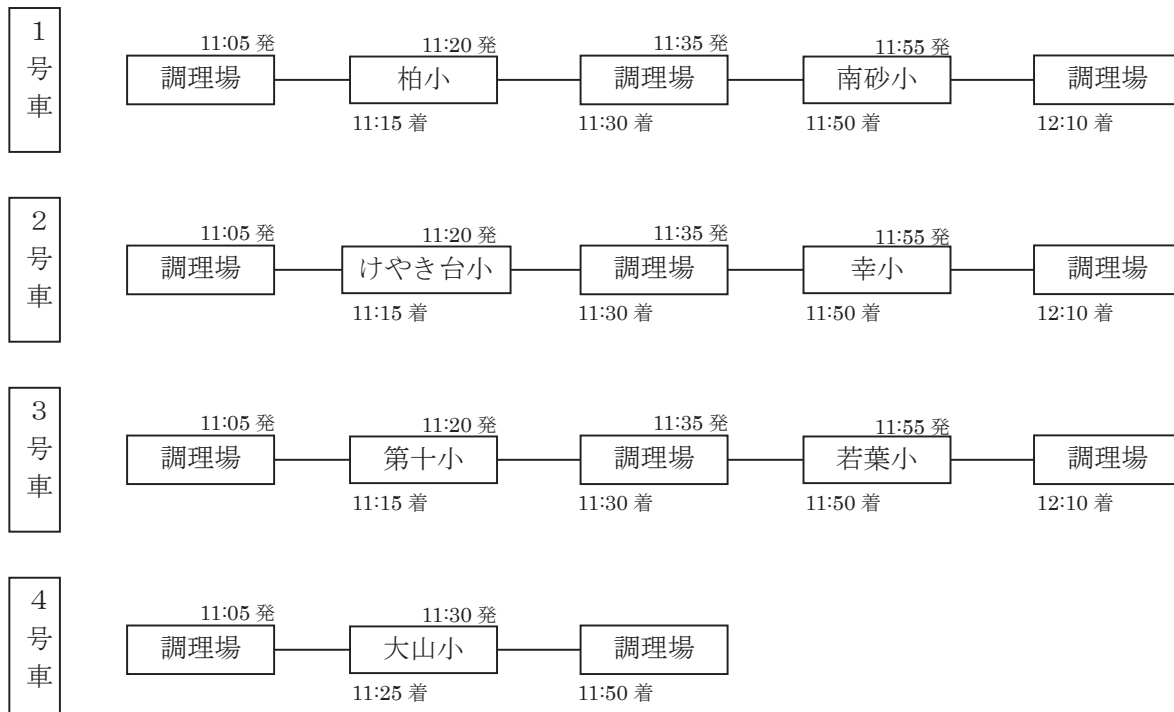
【回収】



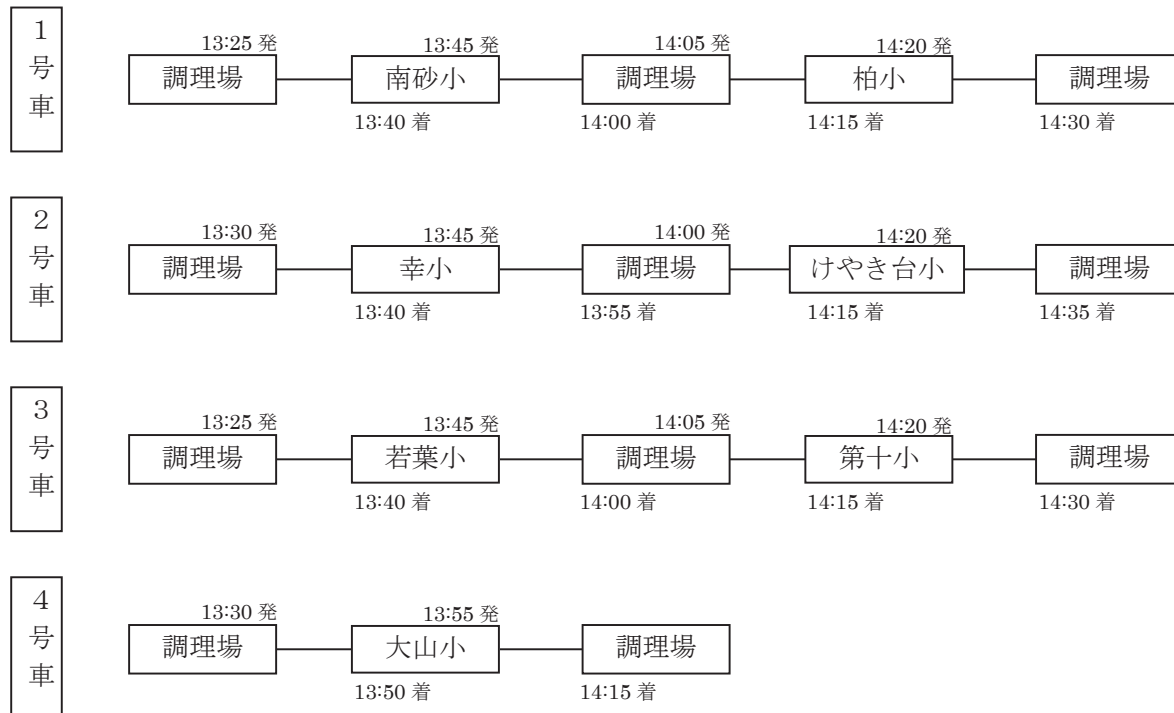
平成 21 年度（参考）

□第一学校給食共同調理場

【配送】

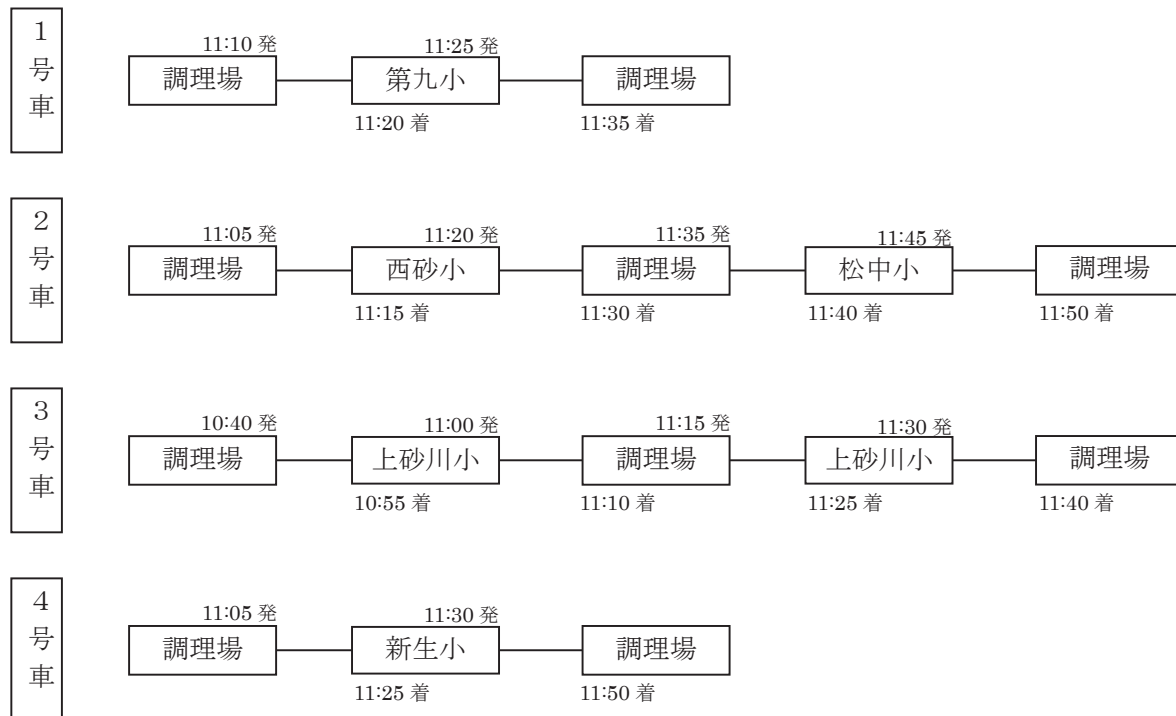


【回収】



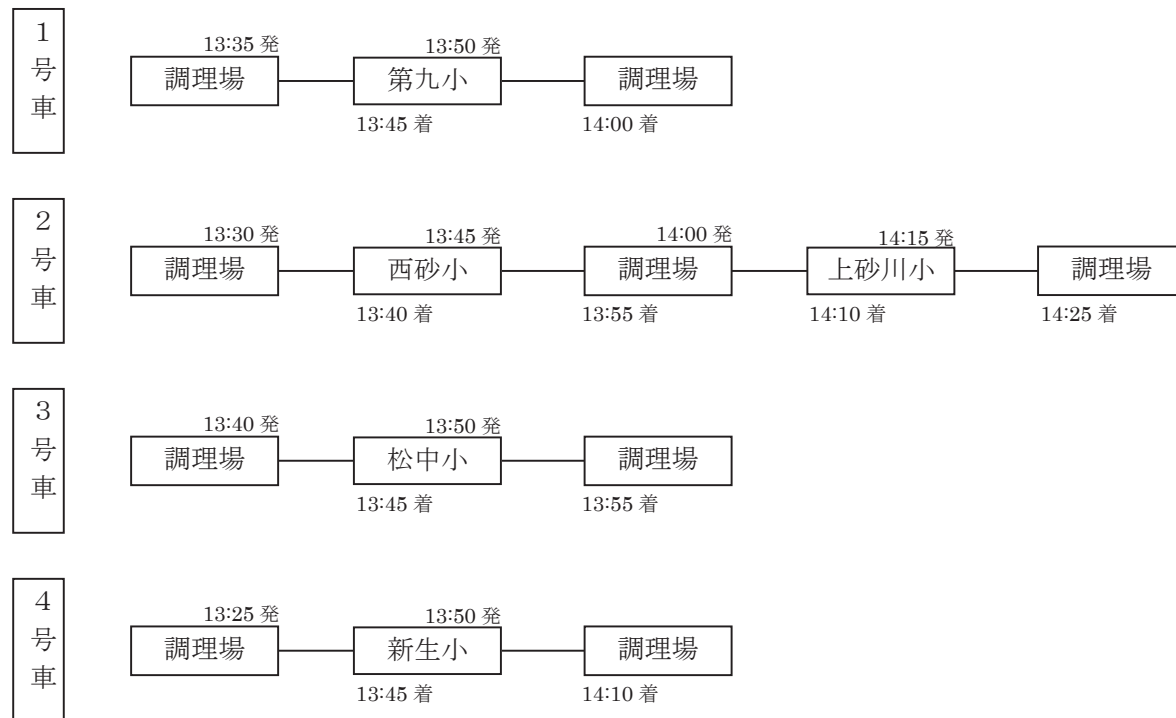
□第二学校給食共同調理場

【配送】



※1号車は、他場所の忘れ物等にも対処する予備車とする。

【回収】



資料-20 使用食材の発注量

■平成 21 年 11 月 19 日

献立	A	B
料理名	牛乳 五穀めし ししゃもの香り揚げ 肉豆腐 野沢菜漬	牛乳 カレーうどん もやしといかの炒め物 ミルクスイートポテト
実人員	1,328	1,586
換算人員	1,349	1,594

納品日	使用日	献立	食品名	料理名	形状・規格	単位	発注量
11/18	11/19		バター	合算	450g	個	30
11/18	11/19		コンソメスープの素		500g 入り グルソー無添加	袋	3
11/19	11/19		サラダ油(米糠)		16.5kg 無添加非遺伝子組替	缶	2.261
11/18	11/19		米白絞油		16.5kg 無添加非遺伝子組替	缶	6
11/19	11/19		小麦粉・薄力粉 1 等		25k 国産 100%1 等粉	袋	0.584
11/19	11/19	A	牛乳(普通牛乳)	牛乳	200ml	本	1328
11/18	11/19	A	米・精白米	五穀めし	大町産	Kg	54
11/18	11/19	A	もち米		国産水稻	Kg	27
11/18	11/19	A	押し麦			Kg	5
11/18	11/19	A	あわ		もちあわ	Kg	5
11/18	11/19	A	きび		もちきび	Kg	5
11/18	11/19	A	小豆(乾)			Kg	7
11/19	11/19	A	日本酒			Kg	1.3
11/19	11/19	A	天然の塩			Kg	0.67
11/19	11/19	A	サラダ油(米糠)			Kg	0.5
11/19	11/19	A	ししゃも	ししゃもの香り揚げ	18～20g 子持ち焼きししゃも	本	1400
11/19	11/19	A	小麦粉・薄力粉 1 等			Kg	5.4
11/19	11/19	A	天然の塩			Kg	0.27
11/19	11/19	A	鶏卵		遺伝子組換えのない飼料を使用 洗浄・殺菌済	Kg	3
11/19	11/19	A	黒・炒りごま		無着色	Kg	1.3
11/19	11/19	A	白・炒りごま		無漂白	Kg	0.7
11/19	11/19	A	米白絞油			Kg	2.7
11/19	11/19	A	豆腐(木綿)	肉豆腐	330g	丁	246
11/19	11/19	A	豚肩ロース		スライス 2cm カット 国産	Kg	13
11/19	11/19	A	豚ばら肉		スライス	Kg	13
11/19	11/19	A	たまねぎ		A2L	Kg	86
11/19	11/19	A	にんじん		L～2L	Kg	21
11/19	11/19	A	しらたき			Kg	20
11/19	11/19	A	しめじ		ほぐししめじ おがくずのないもの	Kg	11
11/19	11/19	A	青大豆(冷凍)		国産 100%	Kg	4
11/19	11/19	A	サラダ油(米糠)			Kg	1.3
11/19	11/19	A	しょうゆ(こいくち)		18L 国産丸大豆 非遺伝子組換	Kg	10.8
11/19	11/19	A	砂糖		上白 30Kg	Kg	2.7
11/19	11/19	A	みりん(本みりん)		本醸造	Kg	2.7
11/19	11/19	A	日本酒		1.8L 無添加 本醸造	Kg	1.3
11/18	11/19	A	鰹節 厚削り		宗田カツオ 削節	Kg	0.5

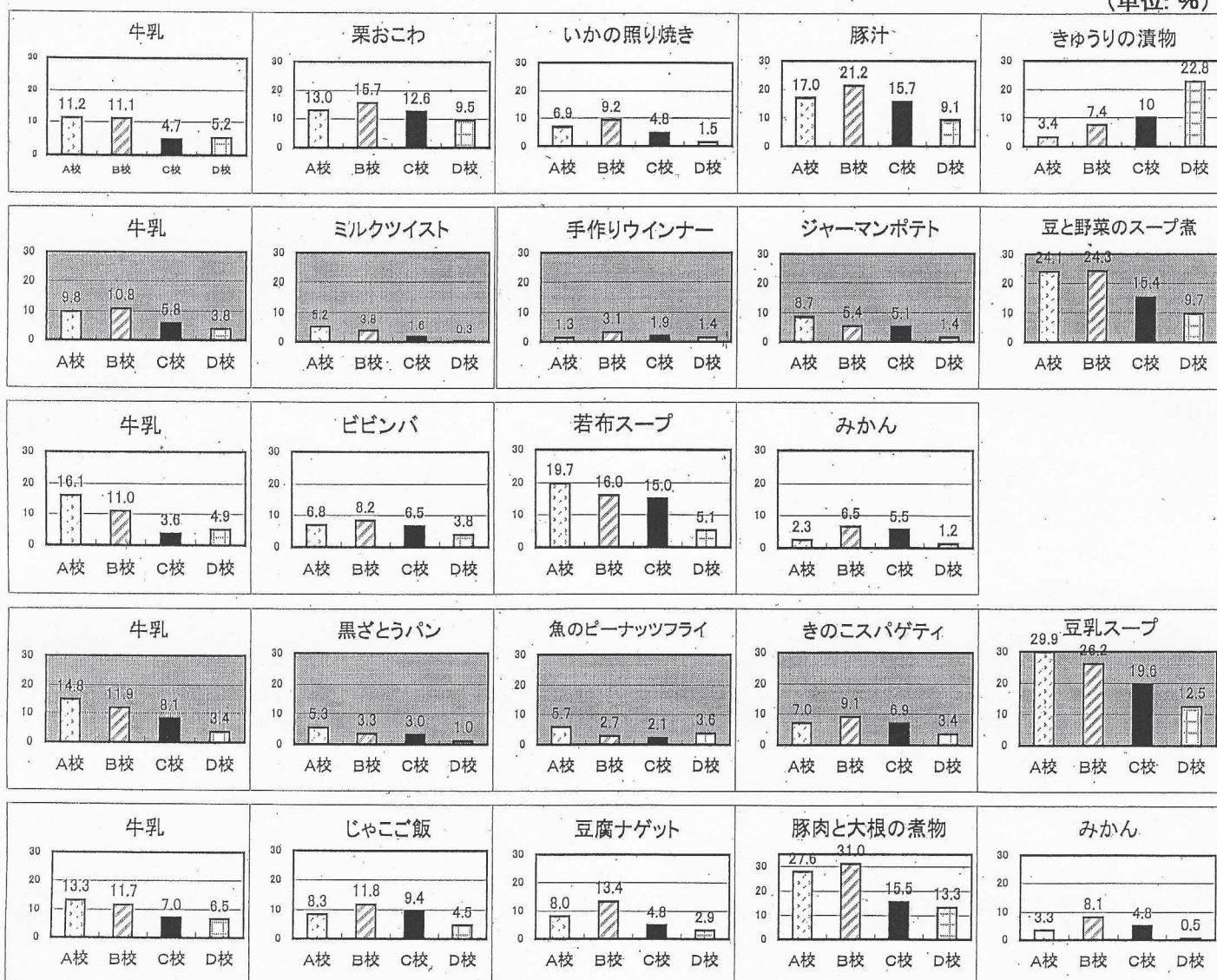
納品日	使用日	献立	食品名	料理名	形状・規格	単位	発注量
11/19	11/19	A	水			Kg	33.7
11/19	11/19	A	野沢菜漬	野沢菜漬	2cm カット 無添加 原材料が国産	Kg	20
11/19	11/19	B	牛乳(普通牛乳)	牛乳	200ml	本	1494
11/19	11/19	B	冷凍うどん	カレーうどん		Kg	90
11/19	11/19	B	豚肩ロース		スライス 2cm カット 国産	Kg	37
11/19	11/19	B	にんじん		L～2L	Kg	15
11/19	11/19	B	たまねぎ		A2L	Kg	32
11/19	11/19	B	ねぎ		AL 太さ M	Kg	9
11/19	11/19	B	こまつな		一束 300g 程度のもの	Kg	18
11/19	11/19	B	かまぼこ		無添加 板なし	Kg	15
11/19	11/19	B	しょうゆ(こいくち)		18L 国産丸大豆 非遺伝子組換	Kg	11.2
11/19	11/19	B	みりん(本みりん)		本醸造	Kg	4.5
11/19	11/19	B	天然の塩		1kg	Kg	0.45
11/19	11/19	B	カレー粉		2kg 入り	Kg	0.75
11/19	11/19	B	でん粉		北海道産じゃがいも	Kg	2.2
11/19	11/19	B	サラダ油(米糠)			Kg	1.5
11/18	11/19	B	さば節		厚削り	Kg	1.8
11/18	11/19	B	鯉節 厚削り		宗田カツオ 削節	Kg	1.8
11/19	11/19	B	水			Kg	209.9
11/19	11/19	B	いか	もやしといかの炒め物	短冊・せん切り 切り目入り	Kg	22
11/19	11/19	B	鶏肉もも 皮付		角切り・せん切り	Kg	22
11/19	11/19	B	にんじん		L～2L	Kg	15
11/19	11/19	B	もやし(緑豆)		遺伝子組換えのないもの	Kg	77
11/19	11/19	B	にら			Kg	16
11/19	11/19	B	ホールコーン(冷凍)			Kg	7
11/19	11/19	B	天然の塩		1kg	Kg	0.75
11/19	11/19	B	コンソメスープの素			Kg	0.6
11/19	11/19	B	しょうゆ(こいくち)			Kg	0.7
11/19	11/19	B	こしょう(白)			Kg	0.01
11/19	11/19	B	サラダ油(米糠)			Kg	1.5
11/19	11/19	B	さつまいも	ミルクスイートポテト	紅系 A2L	Kg	133
11/19	11/19	B	砂糖		上白 30Kg	Kg	39
11/19	11/19	B	バター		450g	個	7
11/19	11/19	B	牛乳		調理用	本	13
11/19	11/19	B	生クリーム		1L 乳脂肪 45%	本	2
11/19	11/19	B	天然の塩		1kg	Kg	0.06

1月 きゅうしょくたより



残量調査結果 (11月10日～11月13・17日実施)

(単位: %)



立川市の小学校給食では、毎年、共同調理場校4校・単独校8校の児童を対象に残量調査を実施しています。この調査は、児童の喫食状況、嗜好の実態を把握し、今後の献立作成や食指導の参考にすることを目的としています。昨年度と同じ献立で実施いたしましたが、結果を参考にして、食材料や分量等の内容を変更し調査いたしました。

今回の調査結果から

上記のグラフは各校の平均値です。18年度から継続して実施している学校2校とその他2校について調査しました。グラフではわかりませんが、よく食べているクラスと残量の多いクラスの差が見られました。また、容器のふたを開けると「カラ」というクラスがあり、調査をしていてうれしく思いました。

主食；ピビンバは、ぜんまいを入れず大豆を入れて実施しました。その結果、全体的に見ると昨年度より食べていました。栗おこわはたくさん残りましたが、昨年度よりは減少しました。じゃご飯は、反対に多く残りました。

牛乳；クラスの差が大きく、低学年での残量が目立ちました。ますます寒くなると、残量が増える傾向にありますが、牛乳には、成長期に必要なカルシウムやたんぱく質が豊富に含まれています。丈夫な骨を作っていくためにも大切な食品ですので、心がけて飲んでほしいと思います。学校給食課でも「牛乳を飲もう」というテーマで支援指導をしています。その結果、成果があらわれているクラスもありますので学校からの依頼によってこれからも実施していきます。

おかず；手作りウィンナー・魚のピーナッツフライはよく食べていました。きのこスパゲティは量的に検討した結果、昨年度よりかなり残量が減りました。他に、豚汁・豆と野菜のスープ煮・豆乳スープは昨年より減りましたが、若布スープや、牛肉から豚肉にかえて実施した大根の煮物は、残量が増えてしまいました。児童にとって苦手な豆・海藻などは、給食にも取り入れにくく、不足しがちな食品です。献立の工夫で少しずつでも残量が減るようにしていきたいと考えます。

給食費納入のお願い

給食の食材料は全て給食費でまかなっています。給食費を滞納しますと食材料の支払いに支障をきたすばかりでなく、正しく納められている保護者の方に大きな迷惑をかけることになります。引き落とし口座の残高をご確認下さると共に未納がないようご協力をお願いします。

資料-22 アレルギー対応食(除去食)実施状況

■第一共同調理場

10月アレルギー対応

第一学校給食共同調理場

(※対応数→除去した料理の数)

日付	Aブロック									Bブロック									合計	
	柏小学校			大山小学校			けやき台小学校			幸小学校			第10小学校			若葉小学校				
	人数	種類	※ 対応数	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	対応数
1(木)																				
2(金)	1	卵	1	1	卵	1				1	小麦粉	1							3	3
5(月)	1	小麦粉	1							1	卵	1				1	卵	1	3	3
6(火)																				
7(水)																				
8(木)	1	小麦粉	1							2	卵	2	1	卵	1	1	卵	1	5	5
9(金)	1	卵	1	1	卵	1	1	いか	1	1	小麦粉	1							4	4
13(火)	1	くるみ	1																1	1
14(水)										1	麦	1	4	くるみ	4				5	5
15(木)										1	小麦粉・卵	1	1	卵	1	1	卵	1	4	4
16(金)	1	小麦粉・卵	1	1	卵	1													2	2
19(月)	1	卵	1							1	マヨ・たらこ	1	1	マヨ・たらこ	1	1	マヨ・たらこ	1	5	6
20(火)	1	マヨ・たらこ 小麦粉	2	1	マヨ	1	1	マヨ	1				2	卵	2	1	卵	1	6	7
21(水)										2	ヨーグルト	2	1	ヨーグルト	1				3	3
22(木)	1	ヨーグルト	1				1	桃	1										2	2
23(金)	1	小麦粉 卵	2	1	卵	1													2	3
26(月)										1	卵	1	2	卵	2	1	卵	1	5	6
27(火)										1	卵 小麦粉	2								
28(水)				1	マヨ・卵	1													1	1
29(木)										1	卵	1	1	卵	1	1	卵	1	4	5
30(金)	1	小麦粉 卵	2	1	卵	1	1	いか	1	1	バター	1							4	5
合計	11		14	7		7	4		4	17		20	13		13	7		7	59	65

■第二共同調理場

10月アレルギー対応 第二学校給食共同調理場（※対応数→除去した料理の数）

日付	Aブロック						Bブロック				
	上砂川小学校			第9小学校			松中小学校			合計	
	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	種類	対応数	人数	対応数
1(木)											
2(金)	1	卵	1	1	卵	1				3	3
				1	ごま	1					
5(月)											
6(火)				1	ごま	1				1	1
7(水)							1	ごま	1	1	1
8(木)											
9(金)	1	卵	1				1	いか・えび	1	4	4
							1	卵	1		
							1	ごま油	1		
13(火)							1	ごま	1	1	1
14(水)				1	ごま	1	1	くるみ	1	3	3
							1	ごま油	1		
15(木)							1	卵	1	1	1
16(金)	1	卵	1	1	卵	1				2	2
19(月)	2	卵	2	1	卵	1	1	たらこ	1	5	5
							1	マヨネーズ	1		
20(火)				1	マヨネーズ	1	1	ごま油	1	3	3
							1	卵	1		
21(水)							1	パイナップル	1	2	2
							1	ヨーグルト	1		
22(木)				1	パイナップル	1				1	1
23(金)	2	卵	2	1	卵	1				3	3
26(月)							1	卵	1	2	2
							1	ごま油	1		
27(火)											
28(水)											
29(木)							1	いか	1	3	3
							1	卵	1		
							1	ごま	1		
30(金)	1	卵	1	1	卵	1	1	乳・生ク	1	3	4
					ごま	1					
合計	8		8	10		11	20		20	38	39

学校給食共同調理場 廃棄物処理実績

年度	調理場	可燃	生ごみ	不燃	プラスチック類	小計
16	kg	11,674	70,769	2,149	1,036	85,628
	率(%)	13.63	82.65	2.51	1.21	100
17	kg	11,061	73,402	2,211	749	87,423
	率(%)	12.65	83.96	2.53	0.86	100
18	kg	11,588	72,315	2,535	631	87,069
	率(%)	13.31	83.05	2.91	0.72	100
19	kg	8,161	81,248	2,961	714	93,084
	率(%)	8.77	87.28	3.18	0.77	100
20	kg	6,832	84,115	2,894	659	94,500
	率(%)	7.23	89.01	3.06	0.70	100
21	kg	2,198	32,681	829	184	35,892
	率(%)	6.12	91.05	2.31	0.51	100

※H21は8月まで

平成19年度 学校給食共同調理場 廃棄物処理実績

月	調理場	可燃	生ごみ	不燃	プラスチック類	小計
4月	第一	435	2,196	95	20	2,746
	第二	255	2,307	101	24	2,687
5月	第一	265	4,647	149	31	5,092
	第二	370	4,799	158	22	5,349
6月	第一	370	4,623	142	33	5,168
	第二	380	5,115	161	29	5,685
7月	第一	446	2,929	89	45	3,509
	第二	405	2,969	88	29	3,491
8月	第一	180	0	71	19	270
	第二	285	151	107	23	566
9月	第一	350	3,659	120	30	4,159
	第二	390	4,057	131	34	4,612
10月	第一	390	4,140	99	26	4,655
	第二	440	4,069	145	25	4,679
11月	第一	330	4,340	189	41	4,900
	第二	380	4,373	178	37	4,968
12月	第一	330	2,959	124	36	3,449
	第二	340	3,031	130	30	3,531
1月	第一	270	3,561	75	20	3,926
	第二	350	3,600	91	19	4,060
2月	第一	250	4,006	100	25	4,381
	第二	330	4,045	130	25	4,530
3月	第一	225	2,847	133	36	3,241
	第二	395	2,825	155	55	3,430
計		8,161	81,248	2,961	714	93,084
率(%)		8.77	87.28	3.18	0.77	100

資料-24 揚げ油注文量、廃油処理量(平成20年度)

■揚げ油(米ぬか白絞油)注文量(平成20年度)

	第二調理場	
	缶 (16.5kg)	kg
4月	24	396
5月	8	132
6月	28	462
7月	16	264
8月	0	0
9月	16	264
10月	18	297
11月	20	330
12月	18	297
1月	20	330
2月	20	330
3月	16	264
合計	204	3,366

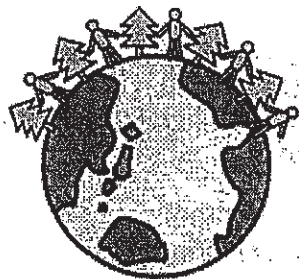
■廃食用油取引実績(平成20年度)

○第二共同調理場

	缶 (16.5kg)	kg
4月17日	42	693
6月3日	28	462
9月11日	33	545
11月17日	26	429
1月9日	24	396
合計	153	2,525

※ 第一調理場については、第二調理場とほぼ同数。

※ 同じ油を3回程度使用。



みんなで減らそう

燃やせるごみ減量 50%!

事業系ごみの減量と 適正処理について

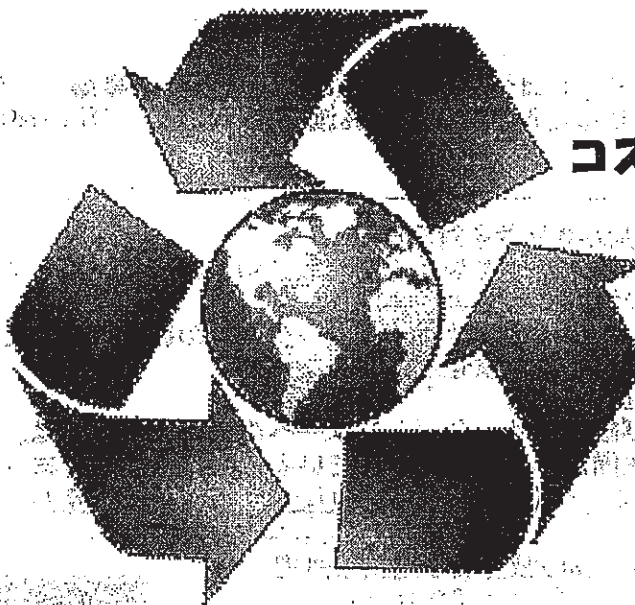
(多量排出事業者の皆様へ)

企業のイメージアップ!

地球環境問題に大きな関心が集まっている昨今、環境に配慮した事業活動を行うことにより、社会的に評価を得ています。企業全体でごみの減量と分別・リサイクルに取り組むことは、企業のイメージアップにつながります。

社員の意識改革!

企業全体でごみの減量と分別・リサイクルに取り組むことで、環境配慮や品質管理に対する社員の意識改革が進みます。



コストの削減・効率化!

企業全体で体系的な節約を行うことで、設備や事務用品などの浪費・無駄を減らして、ごみの減量化と経費削減・効率化が図れます。

立 川 市

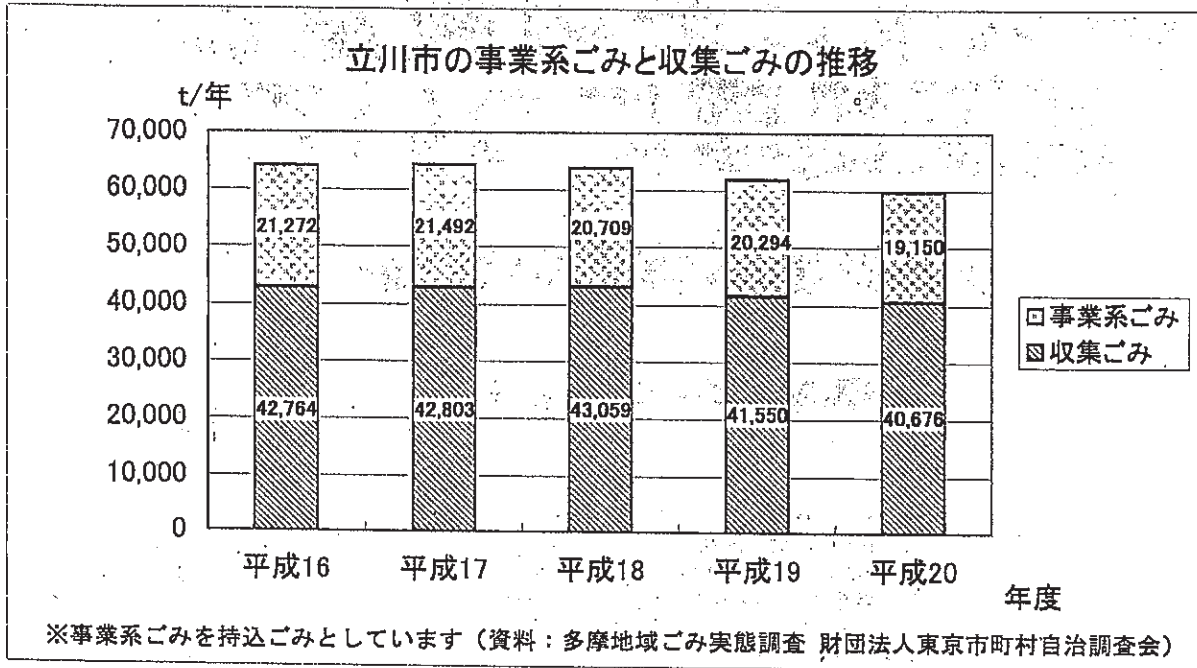
事業系ごみの現状

立川市の清掃工場は、現在3基の焼却炉があります。そのうち稼働開始から約30年経過している90t炉2基の老朽化が進んでいますが、移転までの間稼働させなければなりません。

また、日の出町にある最終処分場の延命化や、よりよい環境を次世代に残すため、地球温暖化を防止するための対策として、ごみの減量と分別・リサイクルを推進する必要があります。ごみの総排出量を抑制し、なかでも燃やせるごみの減量が強力に求められています。

本市における事業系ごみは、事業所が多いことから、ごみ量全体の約30%を占めており、ごみ総排出量の大幅な削減を進めるためには、家庭ごみはもとより、事業系ごみの減量が、大きな課題となっています。

ごみの減量と資源化に積極的に取り組んでいる事業者も昨今多くなり、事業系ごみは年々減少傾向にあります。多摩26市平均の約2倍に相当するごみが排出されています。



事業系ごみの施策

立川市は、平成21年3月10日号の広報で「ごみの現状非常事態！ 燃やせるごみ減量待ったなし」を発し、燃やせるごみ5年で50%減量を目指し、下記の事業系ごみ減量施策を実施します。

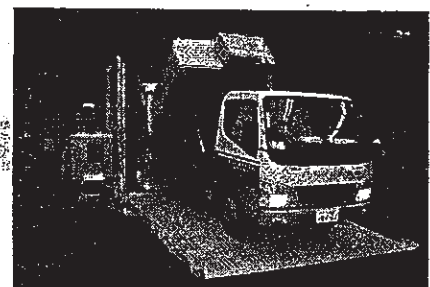
*事業系ごみの減量（多量排出事業者を対象に）

- ・ごみ検査機を清掃工場に導入し、燃やせるごみの分別指導を強化します。
【平成22年1月より試行、同年7月より実施】
- ・燃やせないごみ、粗大ごみの総合リサイクルセンターへの搬入については、産業廃棄物扱いのため、持込できません。
【平成22年7月より実施】
- ・資源ごみの清掃工場及び総合リサイクルセンターへの搬入については、資源再生利用に関する意識も向上し、民間ルートも確立されているため、持込できません。
【平成22年7月より実施 ※(白古紙(OA紙))については平成23年7月より実施】

事業者の責務として、廃棄物の減量及び適正な処理について、市長の施策に協力しなければなりません。
「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」（第3条）
「立川市廃棄物処理及び再利用促進条例」（第9条）

事業者の区分け

- *多量排出事業者：1日平均ごみの排出量10kg以上
- *少量排出事業者：1日平均ごみの排出量10kg未満

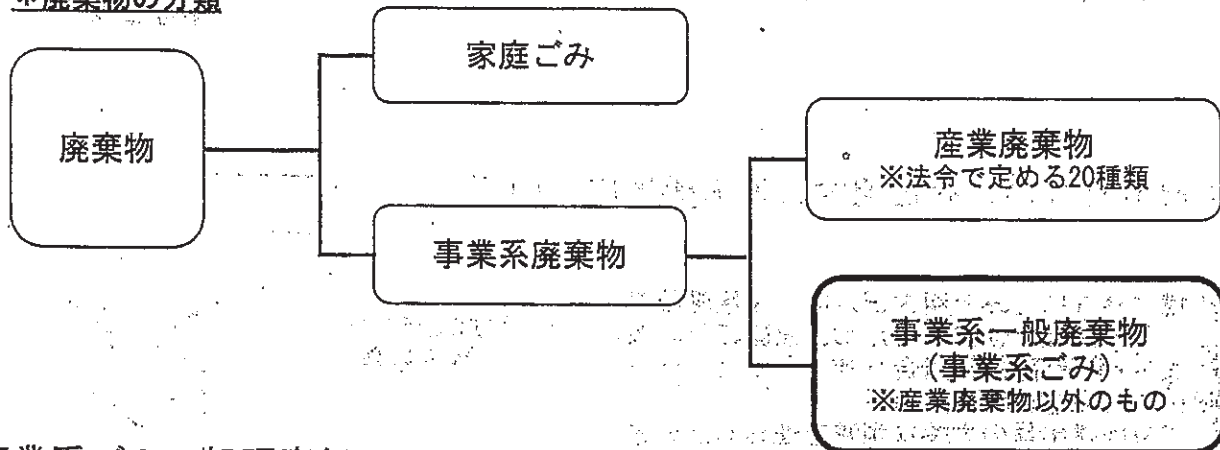


事業系ごみ（一般廃棄物）とは

一般家庭から排出される廃棄物と区分して、会社、事務所、工場だけではなく、自営業、病院、学校、官公署などの公共サービス等を行っているところも含めて、あらゆる事業活動から排出される廃棄物のうち産業廃棄物以外の廃棄物のことをいいます。

例えば、事務所、工場等から発生する生ごみ、事務室から発生する紙くずなどが挙げられます。

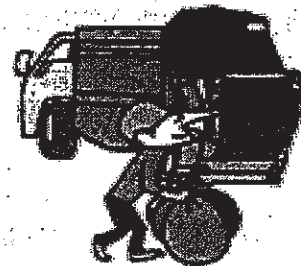
*廃棄物の分類



事業系ごみの処理責任

事業系ごみの処理責任は事業者にあります、事業者が自らの責任で適正に処理しなければなりません。「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第3条（事業者の責務）

自己処理ができない場合は、許可業者へ処理を委託してください。その際、事業系一般廃棄物は立川市が許可した収集運搬業者に、産業廃棄物は東京都が許可した処理業者に委託しなければなりません。許可内容を確認して処理を委託してください



※産業廃棄物処理業許可業者 ⇒ (社)東京産業廃棄物協会 (03-5283-5455) へお問い合わせください

事業系ごみの処理について

事業系ごみは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律（第3条）」及び「立川市廃棄物処理及び再利用促進条例（第9条）」において、「事業者自らの責任において適正に処理しなければならない。」と規定されています。

したがって、事業活動から発生したごみは、そのごみを排出した事業者自らの責任と負担によって、許可業者に依頼するなどして適正に処理してください。（事業系ごみは、家庭ごみの集積所には出せません。）

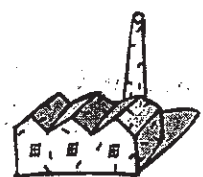
*産業廃棄物（法令で定める20種類）：東京都が許可した産業廃棄物処理業者に依頼

*一般廃棄物（産業廃棄物以外のもの）：立川市が許可した一般廃棄物収集運搬業者に依頼

事業系ごみの自己搬入について

事業系の燃やせないごみと粗大ごみは、産業廃棄物扱いのため、平成22年7月からは市の施設に持込できるのは事業系の燃やせるごみのみとなります。事業系の燃やせるごみを持込まれる事業者の方は清掃工場にお持込ください。

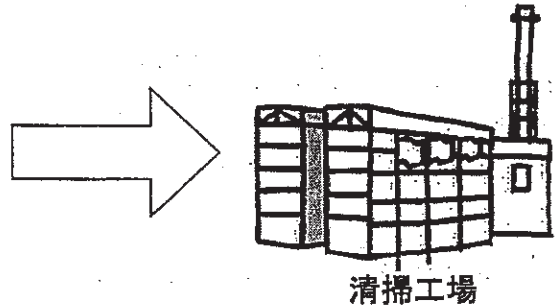
ご理解とご協力をお願いします。



事業系の燃やせるごみの処理について

事業系の燃やせるごみは、これまでのとおり、清掃工場に持込することができます。ただし、平成22年7月より、リサイクル可能な紙資源は、持込できません。一般廃棄物収集運搬業許可業者または資源回収業者に、処理を委託してください。

なお、清掃工場にごみ検査機を導入し、排出事業者の分別指導を強化します。平成22年1月試行、同年7月実施以降は資源ごみや産業廃棄物の不適切物が持込できなくなります。



事業系の燃やせないごみと粗大ごみの処理について

事業系の燃やせないごみと粗大ごみは、産業廃棄物扱いですが、適正処理を促進するため、家庭ごみの処理に支障にならない範囲で、総合リサイクルセンターにおいて受け入れてきました。

しかし、ごみ総排出量の大幅な削減を進めるため平成22年7月より、総合リサイクルセンターには持込できません。一般廃棄物収集運搬業許可業者や東京都が許可した産業廃棄物処理業者に、産業廃棄物として処理を委託してください。

平成22年7月～
持込制限

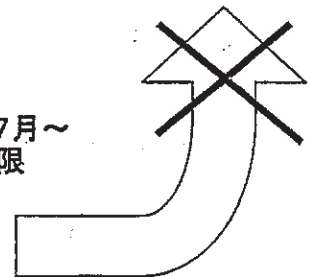


事業系の資源ごみの処理について

事業系の資源ごみについては、これまで、資源再生利用を推進するため、総合リサイクルセンターにおいて受け入れられました。

しかし、近年、資源再生利用に関する意識も十分向上し、民間回収ルートも確立されたことから、平成22年7月より、総合リサイクルセンターには持込できません。一般廃棄物収集運搬業許可業者または資源回収業者に処理を委託してください。

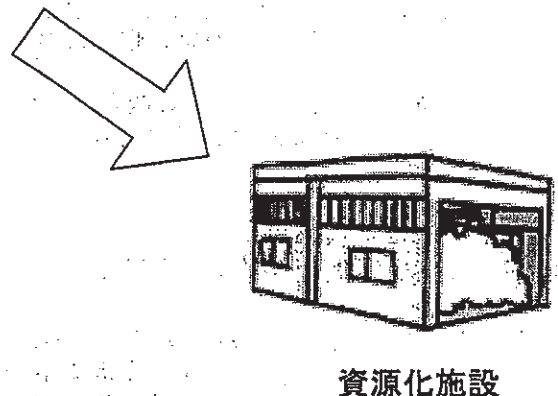
平成22年7月～
持込制限



(白古紙(OA紙)については平成23年7月より実施)

- * 事業系の資源とは、
紙資源：紙の台帳、OA用紙、ダンボール、新聞、雑誌、本、カタログ、その他紙製のもの
金属資源：あき缶、一斗缶、その他金属製のもの
その他資源：あきびん、ペットボトル、プラスチック

【注意】有機物などによる汚れが付いていると、再生可能な資源とならない場合もあります。



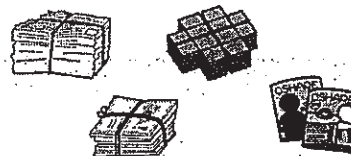
事業系ごみの分別一覧

【業種により、この一覧にないものも発生します。法令に従い正しく分別しましょう】

資源物

古紙

ダンボール
新聞
雑誌
雑紙
OA紙



- ・古紙回収業者または一般廃棄物の許可業者へ委託しリサイクルしてください
- ・資源化可能な古紙類は市の処理施設へ搬入することはできません
- ・機密文書も機密性を保持したままリサイクルできる業者があります

生ごみ

食品の食べ残り
売れ残り
調理残さ など



- ・食料品製造業などの特定の事業活動に伴う場合は産業廃棄物です
- ・食品関連事業者（廃棄物量一定以上）は食品リサイクル法により定期報告が義務づけられています
- ・生ごみ処理機や、リサイクル施設に搬入して資源化する方法があります

一般ごみ
(燃やせるごみ)

汚れのついた紙
リサイクル
できない紙 など



- ・可能な限り排出抑制やリサイクルするよう分別を徹底してください

廃プラスチック類

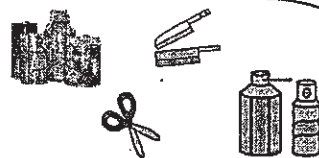
ペットボトル
弁当容器
ビニール袋
緩衝材類
PPバンド など



- ・汚れが付いていても、一般廃棄物ではありません。産業廃棄物として処理してください

金属類

缶
ハサミや刃物類
バインダーの金具
スプレー缶 など



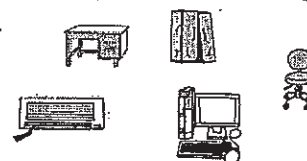
ガラス・
陶磁器類

びん
コップ等ガラス類
茶碗等の陶器類
蛍光灯や電球 など



大型ごみ
(粗大ごみ)

オフィスの机・椅子
ロッカー・棚等
家電製品
パソコン など



- ・テレビ、エアコン、冷蔵庫(凍)庫、洗濯機、衣類乾燥機、パソコンは法律によりリサイクルが義務づけられています。処理については、販売店やメーカーにお問い合わせください
- ・金属製品、プラスチック、ガラス等については、産業廃棄物の許可業者、木製品は一般廃棄物の許可業者へ委託し、処理してください。

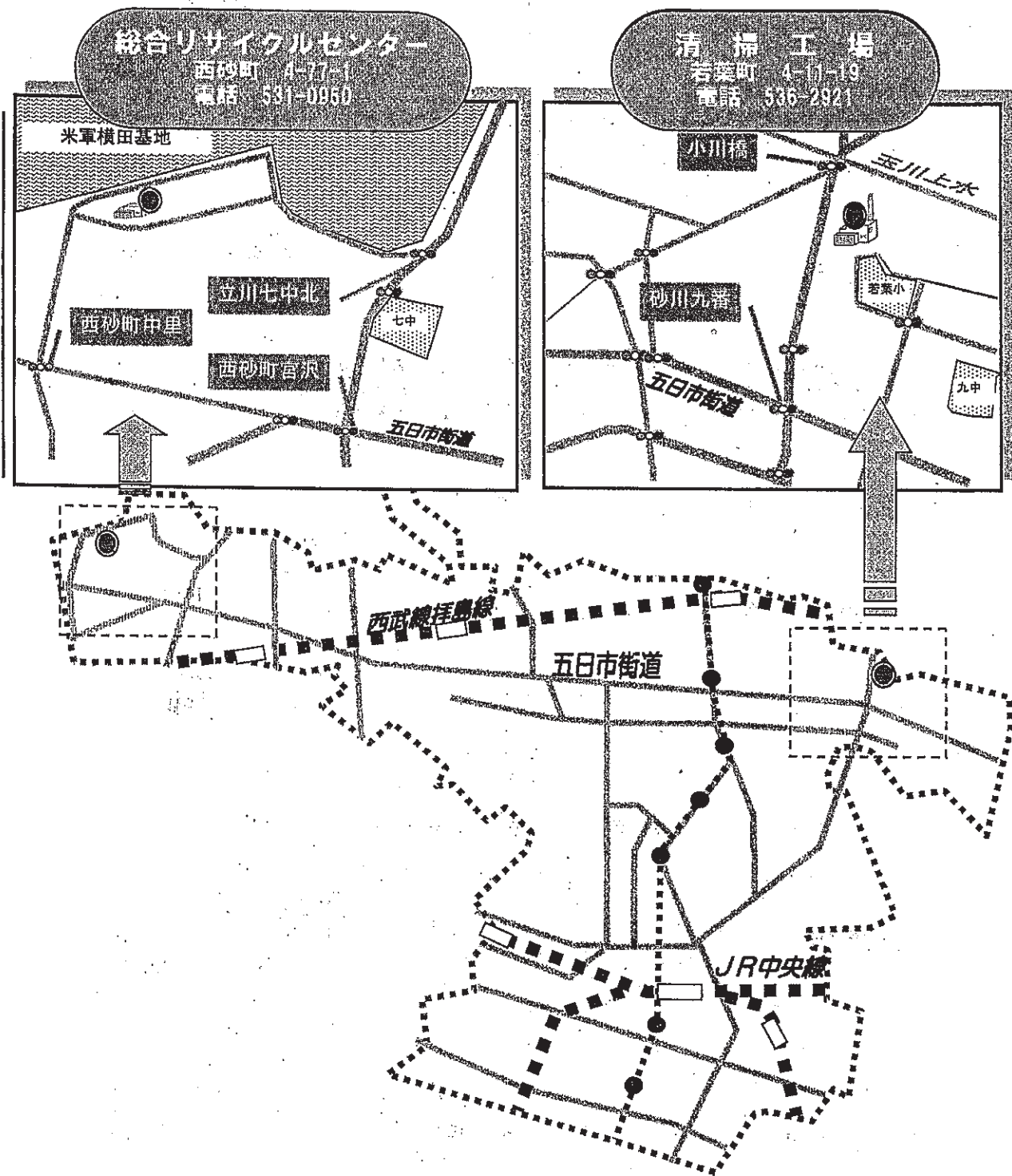
一般廃棄物

産業廃棄物（市の処理施設へ搬入することはできません）

一般廃棄物

産業廃棄物

ごみ処理施設の場所



【問合せ先】

立川市環境下水道部ごみ対策課
 (総合リサイクルセンター内)
 TEL 042-531-0950