

スクールランチだより



令和7年度 No.1 (4月)

名古屋市教育委員会

中学校入学・進級おめでとうございます。規則正しい食生活で、元気に楽しく過ごしましょう。

スクールランチの献立ができるまで…

スクールランチは、「複数のメニューから選択」「食事にふさわしい場(ランチルーム)の確保」「弁当とスクールランチの併用」といった名古屋市独自の方式で行われる学校給食です。スクールランチは、みなさんが食べるまでに、多くの方々が関わっています。感謝をして食べるようにしましょう。

献立の立案

教育委員会の管理栄養士と小・中学校の栄養教諭が、成長期に必要な栄養素がとれるように、献立作成をしています。中学生のみなさんに知ってほしい献立や人気の献立を組み合わせています。



調理員さんと技術会議

教育委員会と調理員や栄養教諭が話し合い、献立の試食をしたり、献立の見直しをしたりする会議です。

食材についての話し合い

食材の品質や価格などについて話し合います。



ス
ク
ー
ル
ラ
ン
チ

実
施

食物アレルギーが心配な人は、アレルギーの情報を確認して予約をしましょう

それぞれの献立に含まれるアレルギー物質の表示を行っています。表示されるアレルギー物質は、えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチンの28品目です。

このアレルギー情報は、名古屋市公式ウェブサイト内の中学校スクールランチのページに掲載されています。ウェブサイトで確認できない場合は、担任の先生に申し出てください。

4月の予約について

4月の予約開始日は、新1年生は**4月9日(水)**、2・3年生は**4月8日(火)**です。

4月15日・16日の予約最終日時は、**4月11日(金)午後1時30分**です。予約開始日からの日数が大変短くなっています。早めに入金をして忘れずに予約しましょう！

「こんなおかずがあったらいいな」

スクールランチ賞

23日(水) A・Cメニュー

「トマチーペンネ」



伊勢山中学校の生徒の応募献立です。

ペンネ・ベーコン・玉ねぎ・トマトの水煮をいため、チーズを加え、ケチャップなどで味付けをします。

4月のメニューから

☆スクールランチ特別メニュー

25日(金)「姉妹友好都市(ロサンゼルス市)の日」

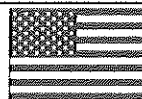
ハンバーガーやジャンバラヤなどが登場します。

☆新メニュー

18日(金) Aメニュー えびとフロッコリーのスパゲティ

24日(木) Bメニュー 野菜しょうゆラーメン

25日(金) B・Dメニュー ジャンバラヤ



毎月19日は「食育の日」です。食について考えてみましょう。

減塩の取り組みについて

スクールランチでは、学校給食摂取基準に基づき、日々減塩に取り組んでいます。目標量に近づけるよう、献立を改善していこうと考えています。ご理解ご協力をお願いいたします。

予約システムに関する問い合わせ先

予約システムの操作方法や利用者ID・パスワードの確認・再発行は、下記コールセンターへご相談ください。

名古屋市スクールランチ予約システムコールセンター(受託業者:株式会社フューチャーイン)

☎052-732-8038 受付時間 9:00~17:30(土・日・祝を除く)

4月 スクールランチ実施予定表

日	曜	帯	行 事	時間割変更	部活	ランチルーム		
						1	2	3
1	火							
2	水							
3	木							
4	金							
5	土							
6	日							
7	月	特	始業式		NO部活動DAY	×	×	×
8	火	特	入学式		再登校15:00～	×	×	×
9	水	特	対面式・職員紹介・生徒会オリ・部活動紹介 学級写真 聴力検査3年		再登校15:00～	×	×	×
10	木	特	①～④NRTテスト・学活 聴力検査1年			×	×	×
11	金	特	①～④NRTテスト・学活・身体測定		弁当持参 (1年部活動仮入部に参加する1年は弁当持参)	×	×	×
12	土							
13	日							
14	月	A	3年 全国学力・学習状況調査		弁当持参 (1年部活動仮入部に参加する1年は弁当持参)	×	×	×
15	火	B	スクールランチ開始 仮時間割開始(～22日)		1年部活動仮入部			ABC
16	水	A	1年内科検診13:30～		1年部活動仮入部			ABC
17	木	A	3年 全国学力・学習状況調査 部活動入部届受付〆切		NO部活動DAY 部活動入部届受付〆切			ABC
18	金	B	部活動参加者会15:10～ 心臓検診		部活動参加者会15:10～			ABC
19	土							
20	日							
21	月	B	②～④授業参観☆ミルクなし・ランチなし下校 学級保護者会☆部活動保護者会☆	木1234	NO部活動DAY 部活動保護者会☆	×	×	×
22	火	集	①集会(認証式・AET着任式 仮時間割終了)	月1(集会)23456			ABC	
23	水	B	本時間割開始 生徒委員会15:10～				ABC	
24	木	A		火12345			ABC	
25	金	B	生徒議会15:10～				ABC	
26	土							
27	日							
28	月	B					ABC	
29	火		昭和の日					
30	水	B				ABC		

※ インターネット予約となります。

※ ランチを食べる日の3日前(土日祝日を除く)の13時30分まで予約やキャンセルができます。

令和7年度 中学校スクールランチメニュー(4月分)

予約はこちらから
(予約システム)→



A・B ランチルーム C・D ランチボックス 4月は最大11回、3,520円です(手数料は別途かかります)。 名古屋市教育委員会

日 曜	A	B	C	D	※予約最終日
15 火	牛肉と野菜の甘辛いため 米飯 りんご ほうれん草とツナのサラダ 春雨スープ	塩ラーメン (米飯) りんご 野菜パオズ きゅうりのごま酢和え	牛肉と野菜の甘辛いため 米飯 りんご 大根とウインナのいため煮 ほうれん草とツナのサラダ	とり肉の香味焼き 米飯 りんご キャベツソテー 大根とウインナのいため煮 きゅうりのごま酢和え	4月11日(金)
16 水	白身魚のクリームソースがけ 米粉パン プチホットケーキ ベーコンと野菜のペッパーソテー ポテトサラダ オニオンスープ	豚肉丼 なしゼリー コーンコロケ 根菜の煮物 オニオンスープ	白身魚のクリームソースがけ 米粉パン プチホットケーキ スパゲティのソテー ベーコンと野菜のペッパーソテー ポテトサラダ	豚肉丼の具 米飯 なしゼリー コーンコロケ スパゲティのソテー 根菜の煮物 白菜漬	11日(金)
17 木	さばの竜田揚げ 米飯 たまごふりかけ 白桃 大根のごまみそかけ もやしのナムル 潮の香汁	ビーフカレー パインアップル キャベツバーグ 人参サラダ	さばの竜田揚げ 米飯 たまごふりかけ 白桃 さやいんげんと玉ねぎのソテー 大根のごまみそかけ もやしのナムル	ビーフカレーの具 米飯 パインアップル キャベツバーグ さやいんげんと玉ねぎのソテー 人参サラダ 福神漬	14日(月)
18 金	★えびとブロッコリーのスパゲティ (ロールパン) プチヨーグルトゼリー 白菜のサラダ	白身魚のおかか揚げ 米飯 プチヨーグルトゼリー ごぼうのペペロンチーノ 信田和え こうじ汁	ハーブチキン ロールパン プチヨーグルトゼリー 野菜ソテー ごぼうのペペロンチーノ 白菜のサラダ	白身魚のおかか揚げ 米飯 プチヨーグルトゼリー 野菜ソテー ごぼうのペペロンチーノ 信田和え	15日(火)
21 月	肉団子のケチャップ甘酢あん 米飯 根菜サラダ 小魚のいり煮 もずくのスープ	中華飯 アンニンゼリー えびしゅうまい 人参と青菜の塩こうじナムル もずくのスープ	肉団子のケチャップ甘酢あん 米飯 人参と青菜の塩こうじナムル 根菜サラダ 小魚のいり煮	中華飯の具 米飯 アンニンゼリー えびしゅうまい ブロッコリーと人参のソテー 人参と青菜の塩こうじナムル 小魚のいり煮	16日(水)
22 火	さわらのしょうが焼き 米飯 梅ふりかけ ごま団子 きんぴらごぼう もやしのおかか和え 大根スープ	とり塩うどん (米飯) ごま団子 厚揚げのみそだれかけ 大根サラダ	さわらのしょうが焼き 米飯 梅ふりかけ ごま団子 アスパラガス きんぴらごぼう もやしのおかか和え	手羽先風から揚げ 米飯 梅ふりかけ ごま団子 アスパラガス きんぴらごぼう 大根サラダ	17日(木)
23 水	ポトフ パン いちごジャム アロエフルーツ 豆腐ハンバーグ トマチーペンネ	ぶりフライ 米飯 プチりんごケーキ 大根と油揚げの煮付け 小松菜のからししょうゆ和え とうもろこしのスープ ソース	ポトフ パン いちごジャム アロエフルーツ 豆腐ハンバーグ キャベツと人参のソテー トマチーペンネ	ぶりフライ 米飯 プチりんごケーキ キャベツと人参のソテー 大根と油揚げの煮付け 小松菜のからししょうゆ和え ソース	18日(金)
24 木	白身魚の甘辛揚げ 米飯 野菜ジュース 高野豆腐の煮物 和風サラダ みそ汁	★野菜しょうゆラーメン (米飯) 野菜ジュース 厚焼き卵 磯辺和え	白身魚の甘辛揚げ 米飯 野菜ジュース 野菜ソテー 高野豆腐の煮物 和風サラダ うずら卵のしょうゆ煮	とり肉のカレー風味焼き 米飯 野菜ジュース 野菜ソテー 高野豆腐の煮物 磯辺和え うずら卵のしょうゆ煮	21日(月)
特 別 メニュー	ハンバーガー サンドイッチパンズ ミニチョコケーキ きゅうりとコーンのサラダ コンソメスープ	フライドチキン ★ジャンバラヤ ミニチョコケーキ チーズポテト コールスローサラダ コンソメスープ	ハンバーガー サンドイッチパンズ ミニチョコケーキ チーズポテト きゅうりとコーンのサラダ	フライドチキン ★ジャンバラヤ ミニチョコケーキ ブロッコリー チーズポテト コールスローサラダ	22日(火)
25 金					
28 月	さばのみそ煮風 米飯 さやいんげんと人参のソテー 大根と豚肉の煮物 キャベツのおひたし あっさり塩スープ	カツカレー みかんカットゼリー 白菜のサラダ きゅうりのレモン漬	さばのみそ煮風 米飯 野菜ふりかけ さやいんげんと人参のソテー 大根と豚肉の煮物 キャベツのおひたし きゅうりのレモン漬	カツカレーの具 米飯 みかんカットゼリー さやいんげんと人参のソテー 白菜のサラダ きゅうりのレモン漬	23日(水)
30 水	揚げたらの五目あんかけ 米飯 プチグレープゼリー 厚揚げの煮物 ごぼうのスープ	みそラーメン (米飯) プチグレープゼリー 野菜入り肉しゅうまい ツナサラダ	揚げたらの五目あんかけ 米飯 プチグレープゼリー 厚揚げの煮物 ツナサラダ	焼き肉 米飯 プチグレープゼリー 野菜入り肉しゅうまい ツナサラダ	24日(木)

※予約は、原則、実施日の3日前(土曜、日曜、祝日を除く)の13時30分までです。

○アレルギー物質を含む食品など献立の詳細については、名古屋市公式ウェブサイト内の中学校スクールランチホームページ(右の二次元コード)で確認するか、または学校へ問い合わせてください。

○牛乳はA、B、C、Dすべてのメニューに付きます。(代金は別途徴収)

カラーメニュー表、アレルギー物質を含む食品など献立の詳細→



1ヶ月 平均	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ナトリウム mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
	795	31.6	25.2	114.2	403	109	4.2	3.8	1,369	321	0.44	0.56	34	5.7	3.4

ス ク ー ル ラ ン チ 特 別 メ ニ ュ ー の 日

4月25日(金)は、「姉妹友好都市(ロサンゼルス市)の日」です。

昭和34年4月1日に名古屋市はロサンゼルス市と姉妹都市提携をしました。

この日を記念して、ハンバーガーやジャンバラヤ、フライドチキンなどが出ます。

今月の献立から

♣️スクールランチ「こんなおかずがあったらいいな」採用献立♣️

(スクールランチ用にアレンジしてあります。)

♣️23日(水) トマチーペンネ …… 伊勢山中学校3年 権田 海之梨さんの献立です。

ペンネ・ベーコン・玉ねぎ・ブロッコリー・トマト水煮をいため、トマトケチャップやチーズなどで味付けをしました。

★新 献 立 ★

★18日(金) えびとブロッコリーのスパゲティ …… えび・玉ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・えのきたけ・セロリの入ったホワイトソースのスパゲティです。

★24日(木) 野菜しょうゆラーメン …… 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・もやし・ねぎの入ったしょうゆ味のラーメンです。

★25日(金) ジャンバラヤ …… ウインナ・玉ねぎ・ピーマンが入ったトマトとカレー風味の炊き込みご飯です。

<食物アレルギー表示について>

「食品表示基準について」の一部が改正され、食物アレルギー表示推奨項目として「マカダミアナッツ」が追加され、「まつたけ」が削除されました。これに伴い、令和7年度4月から中学校スクールランチは以下の28品目のアレルギーを表示します。

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

ス ク ー ル ラ ン チ に つ い て

名古屋市立の中学校では、学校給食として「中学校スクールランチ」を実施しています。スクールランチは、小学校給食のようにみんなが同じメニューを食べる方式ではなく、生徒が複数のメニューから選択することができ、家庭からの弁当持参も選べる、特色ある方式です。A・Bメニューはランチルームで食べるメニュー、C・Dメニューは教室で食べるメニューです。

※スクールランチの利用、家庭からの弁当持参のいずれの場合でも牛乳がつきます。(牛乳代は、ランチ代とは別に徴収します。)

【予約について】「中学校スクールランチ利用の手引き」も合わせてご参照ください。

スクールランチの予約は、予約システムから行います。システム残額に入金してから予約することができます。予約やキャンセルの期限は原則、実施日の3日前(土曜、日曜、祝日を除く)の午後1時30分までです。ただし、4月、9月、1月や3学期は例外の期間が設定されることがあります。その場合は事前にお知らせします。



4月の予約開始日は、新1年生は **4月9日(水)**、2・3年生は **4月8日(火)** です。

4月15日・16日のランチ予約最終日時は、**4月11日(金)午後1時30分** です。

予約開始日からの日数が大変短くなっています。早めに入金をして忘れずに予約しましょう！

【注意】

クレジットカードでの入金は決済後すぐに残額に反映されますが、コンビニ・スマートフォンアプリでの入金は、支払いの翌平日の午後3時以降に残額に反映されます。

コンビニ・アプリ入金日	システム残額反映	4/15・16のランチを予約できる期間
4/8(火)	4/9 15:00以降	○ 4/9 15:00以降 ~ 4/11 13:30
4/9(水)	4/10 15:00以降	△ 4/10 15:00以降 ~ 4/11 13:30
4/10(木)	4/11 15:00以降	× 間に合いません

【予約システムに関する問い合わせ先】

予約システムの操作方法や利用者ID・パスワードの確認・再発行は、下記コールセンターへご相談ください。

名古屋市スクールランチ予約システムコールセンター(受託業者:株式会社フューチャーイン) ☎052-732-8038 受付時間9:00~17:30(土・日・祝を除く)