

生徒用

中学校給食

スクールランチ



スマートフォン
パソコンからも
予約できる



いただきます



学校給食について

主食・副食・牛乳 3つ揃った完全給食

献立は、中学生の健康を考え、文部科学省より示されている「学校給食摂取基準」をもとに、主食、副食(おかず)、牛乳の揃った完全給食を市の栄養士が考えています。



外部調理委託方式

市内にあるハーベスト工場で調理した給食を1食ずつお弁当箱に盛り付けて、各学校に配送されます。配送されたランチは、配膳室で保管されます。



だしから手作り

煮物などのだしは、かつお節、昆布、とりがらなどからとっており、食品添加物は使用していません。また、手作りのルウを小麦粉、サラダ油、バターを使用して作っています。



顔の見える食材を使用しています！

市内で収穫された野菜や果物を給食では取り入れています。また、お米は姉妹都市である新潟県の柏崎市から「こしいぶき」を、牛乳は、群馬県太田市にある東毛酪農協同組合から低温殺菌された牛乳を取り入れています。



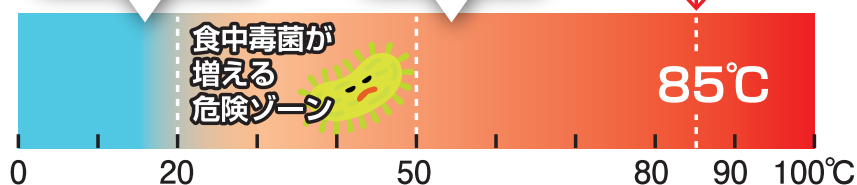
なぜおかずは冷まさないといけないの？

外部調理委託方式の給食提供では、盛付け・配送があるため、調理終了から給食を食べるまで時間がかかります。食中毒菌が増殖しやすい温度帯(20~50℃)に長時間置かないよう、4品が1つの容器に入る副食に限り、すべて温度を下げて提供しています。なお、冷ましてもおいしく食べられるよう、味付けや使用食材、調理方法を工夫しています。

副食の
提供温度

ごはんの
提供温度

加熱調理は、
85℃に達したかを
必ず確認



ご飯は、温かいまま
保温ボックスに入れて
提供します。



東村山市の中学校給食は、栄養バランスのとれた昼食の提供を通じて、健康の保持増進と、食文化の理解や食に関する食育の推進を目的としています。献立は、旬の食材や栄養バランスを考慮して、市の栄養士が毎月作成しており、多くの食材をさまざまな調理法で提供し、おいしく、魅力ある給食づくりに努めています。



給食から「食」を学びます

献立表は、毎月配布します。

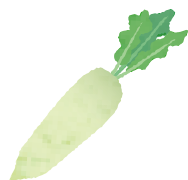
旬の食材や行事食などを取り入れて、様々な食材や料理に親しむことができます。

各地の郷土料理や世界の料理から地域の特性などを知ることができます。



健康な未来を育てる 「牛乳と骨づくり」

人の骨量は、20～30歳代でピークとなる「最大骨量」を迎え、徐々に減少していきます。ピークを後に骨量を増やすことは難しいため、成長期にカルシウムの多い食事を心がけ、どれだけ骨量を蓄えるかが重要です。学校給食では提供する牛乳は、成長期の生徒のカルシウム源として大変重要であり、不足しがちなカルシウムを補完する大きな役割を果たしています。



栄養価について

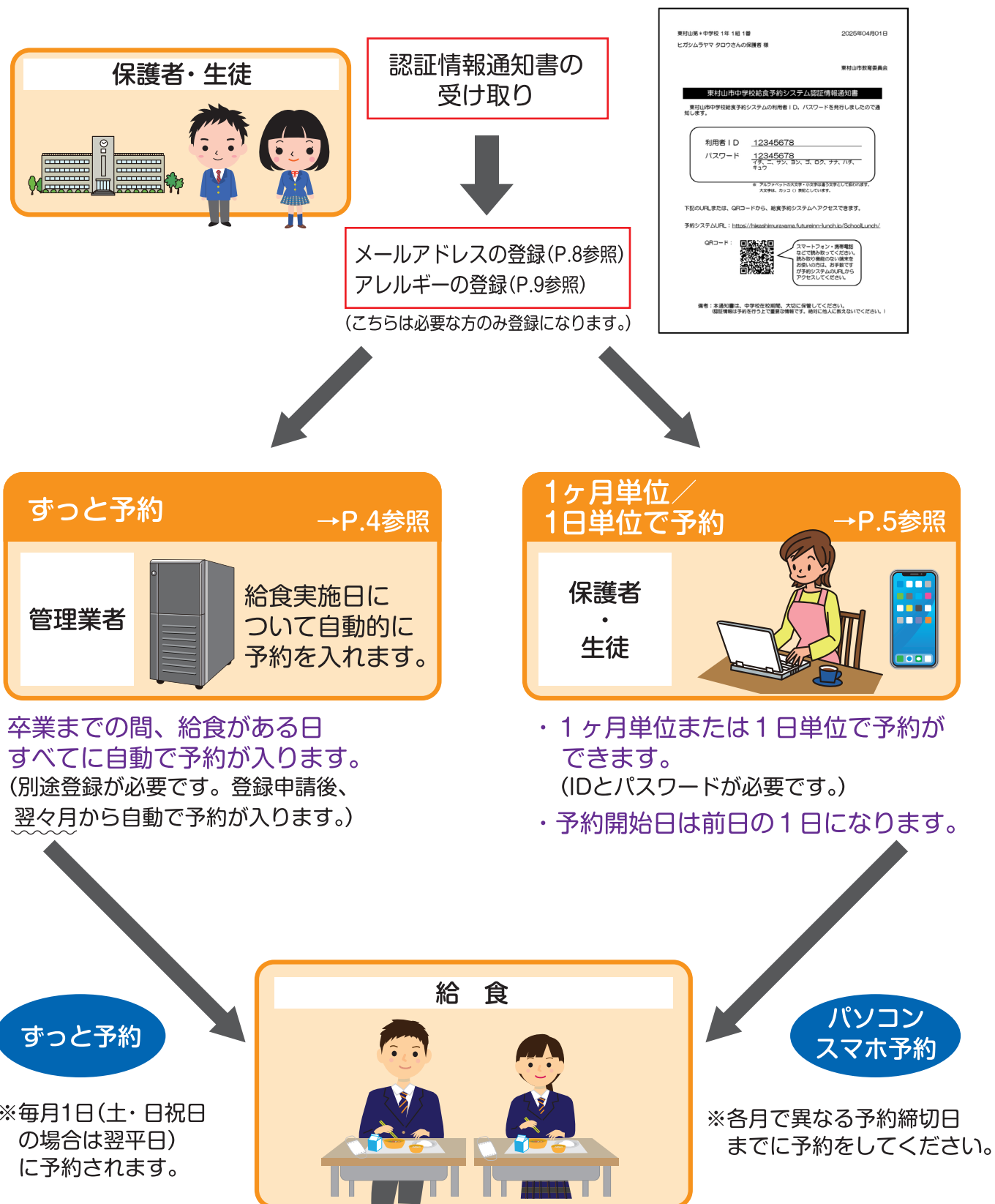
中学生の学校給食摂取基準に基づき、1日に必要な栄養の1/3程度(カルシウムは1/2程度)をとれるように献立を作成しています。

エネルギー	830kcal	マグネシウム	120mg
たんぱく質	摂取エネルギー全体の13～20%	鉄	4.5mg
		ビタミンA	300μgRAE
脂質	摂取エネルギー全体の20～30%	ビタミンB ₁	0.5mg
		ビタミンB ₂	0.6mg
食塩相当量	2.5g未満	ビタミンC	30mg
カルシウム	450mg	食物繊維	7g以上



給食ご利用の流れ

●書類の受け取りから給食の予約まで





ずっと予約

- ・ずっと予約を登録すると、令和8年7月までの間、給食がある日すべて自動で予約が入ります。
- ・学校の予定に合わせて予約が入り、行事変更などのキャンセルや追加も自動的に行われます。

※予約の変更・取消をする場合、予約締切日までに修正をお願いします。

(予約締切日は各月で異なります。毎月掲示されるお知らせを必ず確認してください。)

予約メニューは学校ごとで異なりますのでご注意ください。

※在籍する中学校のメニューを選択して、予約を行ってください。

● Aメニュー：東村山第一中、東村山第三中、東村山第五中、東村山第七中

● Bメニュー：東村山第二中、東村山第四中、東村山第六中

※誤って異なるメニューを予約した場合、予約締切日までに必ず変更を行ってください。

1

「ずっと予約する」をタップ。

2

「登録はこちら」をタップ。

3

メニューを選択し、「登録」をタップ。
確認メッセージで「OK」をタップ。

4

「ずっと予約」の登録月を確認し、
登録完了です。

「ずっと予約」のお申し込みの **翌々月分**から自動的に予約が入りますので、それまではご自身で予約操作を行ってください。

ランチを予約する

1日単位で予約

トップ画面のカレンダーから日ごとに予約が可能です。

1

カレンダーから予約したい日をタップ。

2

「予約する」をタップ。
「OK」をタップ。

3

予約した日を確認し
カレンダーが「予約済」
になったら完了です。

1ヶ月単位で予約

トップ画面の「1か月分 日別で予約する」から1か月分をまとめて予約することが可能です。

1

「1か月分 日別で予約する」
をタップ。

2

ボタンで「1ヵ月一括」もしくは
プルダウンから「日ごと」に
メニューを選択。
「一括予約する」をタップして
「OK」をタップ。

3

メッセージが表示されて
カレンダーが「予約済」
になったら完了です。

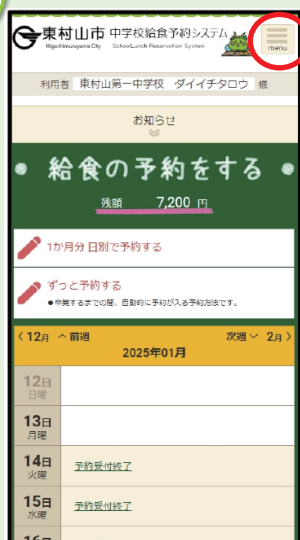
予約メニューは学校ごとで異なりますのでご注意ください。

- Aメニュー：東村山第一中、東村山第三中、東村山第五中、東村山第七中
- Bメニュー：東村山第二中、東村山第四中、東村山第六中

ランチが予約できたか確認したい

サイトで確認

1



右上の「menu」をタップ。

2



「予約履歴」をタップ。

3



確認したい月を選択し、「検索」をタップ。

PDFで確認

1



「menu」から「予約確認(予約通知書)」をタップ。

2



確認したい月を選択し、「PDF出力」をタップ
OKをタップ。

3



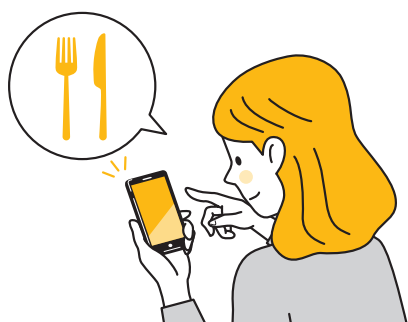
PDF(予約通知書)が開きます。

ご自宅で印刷してご覧ください。



予約をキャンセルしたい

予約締切日は
毎月異なります。
予め、各月の予約締切日を
予約締切日年間カレンダー
からご確認ください。



1

給食の予約をする

残額 7,200 円

1か月分 日別で予約する

ずっと予約する

●卒業するまでの間、自動的に予約が入る予約方法です。

< 1月 2025年02月 3月 >

1日 土曜	
2日 日曜	
3日 月曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
4日 火曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
5日 水曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
6日 木曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
7日 金曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))

キャンセルしたい日を
タップ。

2

2025年2月4日の給食

< 前へ 次へ >

Aランチ お好み焼き風卵焼き

ご飯
お好み焼き風卵焼き
鶏肉と大豆のごま炒め
みそサラダ
みかんゼリー
牛乳

Aランチ(牛乳あり)
0円
キャンセルする

※牛乳以外の飲み物(牛乳、ジュース、ジュニアなど)の日は、ランチが飲み物付きでの予約となります。

メニューが開くので、
「キャンセルする」を
タップ。

3

< 前へ 次へ >

Aランチ お好み焼き風卵焼き

予約をキャンセルします。
よろしいですか?

キャンセル OK

鶏肉と大豆のごま炒め
みそサラダ
みかんゼリー
牛乳

Aランチ(牛乳あり)
300円
キャンセルする

Aランチ(牛乳なし)
239円

「OK」をタップ。

4

東村山市 中学校給食予約システム
Shimomura City School Lunch Reservation System

2025年2月4日の給食をキャンセルしました。

おからゼリー

給食の予約をする

残額 7,200 円

1か月分 日別で予約する

ずっと予約する

●卒業するまでの間、自動的に予約が入る予約方法です。

< 1月 2025年02月 3月 >

1日 土曜	
2日 日曜	
3日 月曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
4日 火曜	予約済
5日 水曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
6日 木曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
7日 金曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))

画面上部にキャンセル
した日付が表示されたら
完了。

5

給食の予約をする

残額 7,200 円

1か月分 日別で予約する

ずっと予約する

●卒業するまでの間、自動的に予約が入る予約方法です。

< 1月 2025年02月 3月 >

1日 土曜	
2日 日曜	
3日 月曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
4日 火曜	予約する
5日 水曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
6日 木曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))
7日 金曜	予約済(Aランチ(牛乳あり))

表示が「予約する」に
変わります。

メールで通知が欲しい

システムからのメール通知機能

メールアドレスをご登録いただくと、以下の通知を受け取ることができます。

その他給食に関わる各種通知が
受け取れますので、
ぜひご登録ください！！

■ご利用場面

- ID・パスワードが分からなくなってしまった…
- 予約状況が知りたい！！
- 学校で行事の変更があった場合の給食の提供は？

ID・パスワードの照会

ログインに必要なIDとパスワードが
わからなくなってしまっても
いつでも確認できます。



予約の受付完了通知

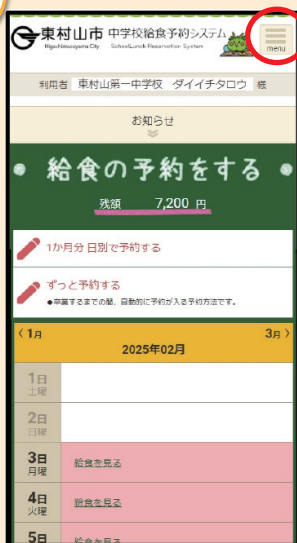
システムで操作した予約内容や
学校行事等により予約状況が
変わった際に通知します。

お知らせ通知

システムのお知らせに
掲載がされた内容を
メールにも通知します。

メール通知の登録方法

1



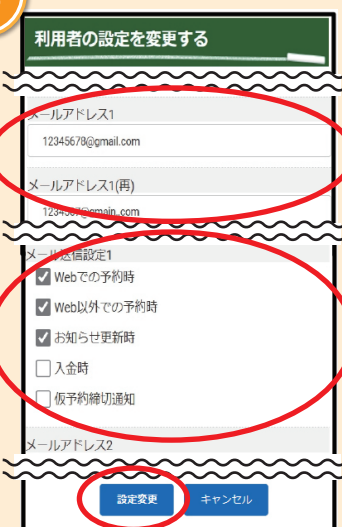
右上の「個人設定」
をタップ。

2



メニュー下部の
「個人設定」をタップ
する。

3



メールアドレスを入力
します。
細かい通知が欲しい
内容を選択します。
「設定変更」をタップ。

アレルギーがある生徒の予約について

右記の8品目が、個人設定からのアレルギー登録が可能です。



たまご



乳



小麦



そば



えび



かに



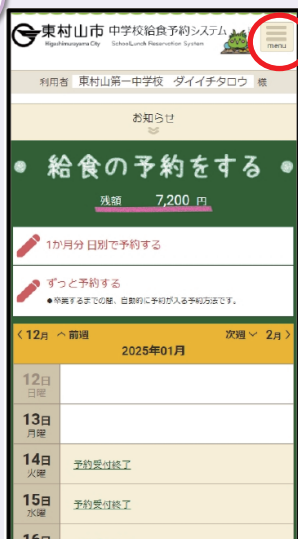
落花生



くるみ

アレルギー情報を設定する

1



右上の「menu」をタップ。

2



「menu」下部の「個人設定」をタップ。

3



該当のアレルギー物質にチェックし、「設定変更」をタップ。

1日単位の予約時にアレルギー物質を確認する



〔アレルギー物質表示〕

献立に含まれるアレルギー物質に「●」が表示されます。
設定済みのアレルギー物質が含まれる場合、赤色で表示されます。

●アレルギー	
※凡例 アレルゲンあり＝●、アレルゲンなし＝空白	
卵	●
乳	●
小麦	
えび	
かに	
そば	
落花生	
くるみ	



〔予約時について〕

設定済みのアレルギー物質が含まれる日のランチの予約はできません。
「予約する」のボタンが表示されませんので、アレルギー設定を行う場合はよく確認をしてから登録をお願いします。

ずっと予約について



設定済みのアレルギー物質が含まれる日は予約が入りません。
設定済みのアレルギー物質が含まれない日は予約が入ります。

必ず、予約通知書などで事前に予約状況をご確認ください。
予約が入っていない日はご自身でアレルギー物質を確認の上、当日は弁当を忘れずにご持参ください。

中学校給食に関する



利用登録



利用者IDやパスワードがわからなくなっていました（認証情報通知書をなくしてしまいました）。



メールアドレスを登録している方

予約システムのログイン画面で「パスワード照会」をクリックし、メールアドレスを入力してください。登録されたメールアドレスに利用者IDとパスワードが記載されたメールが届きます。



メールアドレスを登録していない方

東村山市スクールランチコールセンターにご連絡ください。学校を通じてお渡しします。

個別に郵送はしておりません。

※再発行依頼後、お手元にお届けできるまで3日程度かかります。

※個人情報保護の観点から電話で直接利用者IDやパスワードをお答えすることはできません。

給食の予約



給食の予約はいつまでにしなくてはいいですか。

給食の予約は、各月で予約締切日が決められています。それまでに予約を行ってください。締切後、予約登録・変更・取消はできませんので、ご注意ください。

※「ずっと予約」を登録している方は、内容変更やキャンセルを個別にしたいときのみ、上記の締め切り日より前にパソコン・スマートフォンなどで操作を行ってください。



学校行事などで給食のない日は、自分でキャンセル操作をする必要がありますか？

ご自身でキャンセル操作をする必要はありません。

学校から連絡を受け、事前に給食の予約が入らないよう設定します。



給食の予約やキャンセルは、当日することができますか？

食材を事前に発注する都合上、当日の予約やキャンセルはできません。

予約締切日年間カレンダーを確認して、締切日前までに変更してください。



「ずっと予約」を登録していますが、キャンセルしたい日や予約内容を変えたい日がある場合はどうすればいいですか。

「ずっと予約」を登録していても、予約締切日前であれば、予約システム内でキャンセルができます。

ご自身の都合によりキャンセルした場合は、ご家庭からのお弁当等を忘れずにご持参するようにお願いします。



AメニューとBメニューを間違えて予約してしまい、締切日を過ぎてしまいました。

締切日を過ぎた場合は、自動で在籍中の学校のメニューに変更されます。

アレルギー登録



アレルギー情報を設定したら、喫食できる日に予約が入らない日がありました。予約を変更するにはどうすればよいですか？

アレルギー情報を設定すると、設定済みのアレルギー物質が含まれる日のランチの予約ができません。

アレルギーに該当する日の給食を予約したい場合、P.9で設定したアレルギー情報の登録変更してから予約操作をしてください。

※この操作を行った際は、予約の有無の確認をしてください。

その他



「ずっと予約」の登録を解除するにはどのようにすればいいですか。

予約システムの「個人設定」のページから「ずっと予約」を解除することができます。

個人設定

「ずっと予約」解除はこちら。

※予約開始や給食費のお支払い、
予約されたときにメールが届きます。



2025年度 予約締切日 年間カレンダー

2025 3 March

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

- … 翌月の1日から15日までの給食の締切日
 … 翌月の16日から月末までの給食の締切日



2025 4 April

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2025 5 May

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2025 6 June

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

2025 7 July

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2025 8 August

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

※8/7の締切日は、8/29～9/15までのランチになります。

2025 9 September

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

2025 10 October

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2025 11 November

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2025 12 December

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2026 1 January

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2026 2 February

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

2026 3 March

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

予約システム業者

お問い合わせ先

東村山市スクールランチ コールセンター (株)フューチャーイン

☎052-732-8948 受付時間 9時～17時30分(平日)

✉higashimurayama-lunch-info@futureinn.co.jp 受付時間 24時間

①利用者 ID・パスワードの確認・再発行

③給食の予約方法や予約内容の確認

②払込用紙の再発行

④スクールランチシステムの操作の仕方

上記以外のお問い合わせはこちらまで

東村山市教育委員会 教育部学務課保健給食係

☎042-393-5111 受付時間 8時30分～17時15分(平日)



予約システムへの
アクセスはこちら