

2 (月)	ハヤシライス(むぎごはん) キャベツとじゃこのいために ぎゅうにゅう		3 (火)	ごはん さばのカレーあげ もやしのうまに けんちんじる* ぎゅうにゅう		4 (水)	ロールパン てばもとのしょうがに* ミネストローネ* きゅうにゅう		5 (木)	ごはん とりにくとごぼうのあまからあえ みそしる きゅうにゅう		6 (金)	てりやきハンバーガー(サンドパン・てりやきハンバーグ) パンブキンシチュー* フルーツボンチ きゅうにゅう				
【献立のねらい】 季節の食品のキャベツについて知る			◎よくかんで食べる大切さを知る			手羽元について知る			◎歯と口の健康週間の行事食			梅雨時の衛生について知る					
●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15 ●ハヤシライス 油 0.5 にんにく 0.5 豚肉(もも) 25 豚肉(肩) 25 塩 0.1 こしょう 0.01 赤ワイン 3 たまねぎ 60 にんじん 20 水 80 塩 0.5 じゃが芋 30 トマトケチャップ 12 デミグラスソース 5 ウスターソース 3.5 しょうゆ 1.5			砂糖 0.1 (油 4.5 小麦粉 4.5 生クリーム 3 ●キャベツとじゃこの 炒め煮(じゃこ) (ごま油 0.3 しらす干し(ちりめん) 4 ●キャベツとじゃこの 炒め煮(キャベツ) (ごま油 0.7 キャベツ 50 (にんじん 5 ゆで塩 0.2 しょうゆ 0.6			●ごはん 精白米 80 ●さばのカレー揚げ 揚げ油 適量 (さば(切り身) 50 片栗粉 5 小麦粉 2.5 水 6.3 酒 1.4 みりん 0.9 砂糖 1.2 しょうゆ 2.7 カレー粉 0.27 (片栗粉 0.18 水 120 ●けんちん汁 油 0.5 ごぼう 5 にんじん 10 こんにやく 20 水 3 (厚けずり節(かつお) 3 じゃが芋 30 塩 0.4 豆腐(冷) 20 しょうゆ 2.5 長ねぎ 10			●ロールパン(減塩) 40 白いんげん豆 8 トマト水煮(缶) 15 キャベツ 10 ホイールマカロニ 5 ゆで塩 ●手羽元のしょうが煮 とり肉(手羽元) 66 水 適量 酒 0.8 砂糖 3 しょうゆ 4.5 しょうが 0.7 ●ミネストローネ 油 0.5 にんにく 0.2 ベーコン 4 たまねぎ 20 にんじん 10 塩 0.7 こしょう 0.03 水 120 スープの素 1			●ごはん 精白米 80 ●みそ汁 水 120 こんぶ 0.5 (厚けずり節(かつお) 5 かんぴょう 2 たまねぎ 15 じゃが芋 30 赤みそ 4.3 白みそ 3.6 (小松菜 5 ゆで塩 行事食 「歯と口の健康週間」			●サンドパン(減塩) 40 水 80 パンブキンペースト(冷) 25 (油 3 小麦粉 3 生クリーム 6 ●てり焼きハンバーグ 油 適量 ハンバーグ(減塩) 70 (水 5 砂糖 2 しょうゆ 3 みりん 2 みりん 2 (片栗粉 0.3 (水 2 ●フルーツボンチ りんご(缶) 40 黄桃(缶) 30 野菜入りゼリー 40 ●パンブキンシチュー 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 塩 0.8 こしょう 0.03 じゃが芋 55		
エネルギー 710kcal たんぱく質 26.9 g			エネルギー 752kcal たんぱく質 28.5 g			エネルギー 585kcal たんぱく質 28.1 g			エネルギー 677kcal たんぱく質 26.2 g			エネルギー 738kcal たんぱく質 29.5 g					
9 (月)	ごはん まぐろとだいずのみそがらめ* はるさめのちゅうかスープ ぎゅうにゅう		10 (火)	はちみつロールパン ラザニア キャベツのスープに* ぎゅうにゅう		11 (水)	ブルコギどん(ごはん) わかめとコーンのスープ ぎゅうにゅう		12 (木)	しろパン いちごジャム カレーシチュー ボイルやさい フレンチドレッシング きゅうにゅう		13 (金)	ごはん ぶたにくとなまあげのいために やさいスープ きゅうにゅう				
まぐろについて知る			季節の食品のズッキーニについて知る			季節の食品のピーマンについて知る			新献立 フレンチドレッシングについて知る			卵について知る					
●ごはん 精白米 80 ●まぐろと大豆のみそがらめ 揚げ油 適量 (煮し大豆 20 片栗粉 3 揚げ油 適量 まぐろ(角) 40 しょうが 0.5 しょうゆ 1.6 しょうゆ 7.2 片栗粉 5 水 3.6 赤みそ 1.8 砂糖 1 みりん 1			●春雨の中華スープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 20 にんじん 10 水 120 キャベツ 15 塩 0.7 こしょう 0.02 しょうゆ 1 中華スープの素 1.5 春雨 4 (片栗粉 0.5 チンゲン菜 5 ごま油 0.5			●はちみつロールパン(減塩) 40 ●ラザニア 油 0.5 ベーコン 4 キャベツ 55 にんにく 5 豚ひき肉(もも) 0.36 スープの素 0.3 塩 0.2 こしょう 0.01 にんじん 48 塩 0.6 こしょう 0.03 トマト水煮(缶) 18 トマトケチャップ 14 ウスターソース 2.4 ズッキーニ 5 (リボンマカロニ 24 油 1.8 小麦粉 1.8 粉チーズ 3.5			●ごはん 精白米 80 ●ブルコギ丼 油 0.5 (豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 にんにく 0.5 しょうが 0.5 酒 0.5 しょうゆ 0.7 ごま油 0.5 たまねぎ 40 にんじん 5 ゆで塩 0.5 酒 2 砂糖 2 しょうゆ 5 コチジャン 0.2 (片栗粉 1 水 1			●白パン(減塩) 40 ●いちごジャム 15 ●カレーシチュー 油 0.5 とり肉(皮つき) 30 たまねぎ 25 キャベツ 20 塩 0.8 じゃが芋 50 チーズ 40 カレー粉 5 (油 2 小麦粉 41.2 牛乳 5 ほうれん草 5 ゆで塩 ●ボイル野菜 (ホールコーン(冷) 20 にんじん 5 キャベツ 17 むきえだ豆(冷) 8 ●フレンチドレッシング (水 3.8 砂糖 0.8 塩 0.3 こしょう 0.02 洋辛子 0.1 たまねぎ 1.2 油 3.8			●ごはん 精白米 80 ●豚肉と生揚げの炒め煮 油 0.8 豚肉(もも) 20 一味唐辛子 0.005 にんじん 12 じゃが芋 24 水 24 生揚げ(冷) 56 砂糖 1.8 しょうゆ 5.8 長ねぎ 16 にら 3 卵 15 ごま油 0.5		
エネルギー 654kcal たんぱく質 30.2 g			エネルギー 644kcal たんぱく質 28.2 g			エネルギー 637kcal たんぱく質 28.5 g			エネルギー 642kcal たんぱく質 24.2 g			エネルギー 646kcal たんぱく質 26.6 g					
16 (月)	ごはん ちくわのかばやき もやしいため ぶたじる きゅうにゅう		17 (火)	しょくパン みかんジャム チリコンカン コンソメスープ ぎゅうにゅう		18 (水)	こうやどうふのそぼろごはん(むぎごはん)* うめきゅうり* はるさめスープ ぎゅうにゅう		19 (木)	トマトにくどん(むぎごはん) みそしる きゅうにゅう		20 (金)	くろしょくパン ポテトグラタン コーンソテー きゅうにゅう				
とうがんについて知る			ジャムについて知る			季節の食品のきゅうりについて知る			新献立 トマト肉丼について知る			黒食パンについて知る					
●ごはん 精白米 80 ●ちくわのかば焼き 揚げ油 適量 (焼きちくわ(減塩) 50 片栗粉 7.5 水 4.5 砂糖 1.8 しょうゆ 2.7 みりん 0.21 ●もやし炒め 油 0.3 ベーコン 3 たまねぎ 10 (にんじん 5 ゆで塩 40 もやし 0.2 こしょう 0.01 しょうゆ 0.5			●豚汁 油 0.5 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 5 にんじん 10 水 120 とうがん 15 じゃが芋 30 豆腐(冷) 15 赤みそ 5.7 白みそ 3 長ねぎ 10 ●食パン 40 ウスターソース 3 チリパウダー 0.02 (油 1 小麦粉 1 ●みかんジャム 15 ●チリコンカン 油 0.5 にんにく 0.2 豚ひき肉(もも) 30 赤ワイン 2 たまねぎ 25 にんじん 15 エリンギ 5 塩 0.5 こしょう 0.05 じゃが芋 30 水 20 大豆 12 トマトケチャップ 0.5 トマトビュレ 5			●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10 ●春雨スープ 水 120 (厚けずり節(かつお) 3 油 20 にんじん 10 たまねぎ 10 塩 0.7 こしょう 0.02 しょうゆ 1 春雨 6 小麦粉 0.5 水 5 ゆで塩 5 ●高野豆腐のそぼろごはん しょうが 1 豚ひき肉(もも) 0.5 にんじん 40 にんじん 15 酒 1 みりん 2 砂糖 2.5 しょうゆ 5 凍り豆腐 5 ●梅きゅうり きゅうり 35 梅肉 1.5 酒 0.8 しょうゆ 0.5 白いりごま 0.6			●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10 ●トマト肉丼 油 1 (豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 しょうが 0.8 にんにく 0.3 しょうゆ 0.7 酒 0.5 油 0.5 にんじん 10 たまねぎ 45 しめじ 5 酒 0.8 砂糖 2.5 しょうゆ 7 トマト 20 (片栗粉 1.3 (さやいんげん 5 ゆで塩 ●みそ汁 (水 120 こんぶ 0.5 (厚けずり節(かつお) 5 たまねぎ 20 じゃが芋 15 豆腐 20 赤みそ 4.3 白みそ 3.6 生わかめ 3								
エネルギー 686kcal たんぱく質 27.5 g			エネルギー 589kcal たんぱく質 29.9 g			エネルギー 611kcal たんぱく質 28.9 g			エネルギー 643kcal たんぱく質 28.2 g			エネルギー 626kcal たんぱく質 27.2 g					
23 (月)	ビーンズサンド(サンドパン・ビーンズ) じゃがいものからあげ スコッチブロス きゅうにゅう		24 (火)	ごはん ぶたにくとやさいのしょうがいため あおなときのこのスープ きゅうにゅう		25 (水)	はいがロールパン とりにくのからあげ みそワントンスープ* メロン ぎゅうにゅう		26 (木)	むぎごはん キーマカレー (だいずミート) きりぼしだいこんのさっぱりあえ ぎゅうにゅう		27 (金)	ごはん さばのしおやき ごもくめみそしる ぎゅうにゅう				
◎よくかんで食べる大切さを知る			いため物について知る			季節の食品のメロンについて知り、味わう			キーマカレーについて知る			大豆について知る					
●サンドパン(減塩) 50 ●ビーンズサンド 油 0.5 にんにく 0.13 豚ひき肉(もも) 17 たまねぎ 22 にんじん 6 大豆 11 トマトケチャップ 1.7 トマトビュレ 5 砂糖 0.1 ウスターソース 2.2 塩 0.3 こしょう 0.01 チリパウダー 0.01 (油 0.6 小麦粉 0.6			●じゃが芋のから揚げ 揚げ油 適量 じゃが芋 90 塩 0.2 ●スコッチブロス 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 10 セロリ 3 にんじん 10 たまねぎ 15 水 150 押麦 5 キャベツ 25 塩 0.6 こしょう 0.02 スープの素 1 パセリ 0.5			●ごはん 精白米 80 ●青菜ときのこのスープ 水 120 とり肉(皮なし) 20 しめじ 8 塩 0.7 こしょう 0.03 中華スープの素 1.5 しょうゆ 1 春雨 4 (片栗粉 0.5 水 20 卵 10 チンゲン菜 10 ●豚肉と野菜のしょうが炒め しょうが 2 豚肉(もも) 20 豚肉(肩) 20 たまねぎ 40 (にんじん 10 ゆで塩 38 キャベツ 1.3 酒 0.1 しょうゆ 4.5 みりん 1.3 (片栗粉 0.8 水 5 (小松菜 5 ゆで塩			●胚芽ロールパン(減塩) 40 こしょう 0.02 中華スープの素 1.5 赤みそ 8 にんにく 0.16 ワントンの皮 8 チンゲン菜 10 ●メロン 22.9 ●みそワントンスープ 水 150 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 にんじん 10 もやし 10 キャベツ 10 ホールコーン(冷) 10 塩 0.1			●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15 ●キーマカレー 油 1 にんにく 0.5 しょうが 0.5 豚ひき肉(もも) 35 たまねぎ 55 にんじん 20 水 30 塩 1.2 ウスターソース 3.3 じゃが芋 35 なす 15 大豆ミート(小粒) 3 カレー粉 0.8 (油 4.5 小麦粉 4.5 ピーマン 3 ゆで塩 ●切り干し大根のさっぱりあえ 水 5 しょうゆ 3 砂糖 1.8 塩 0.1 酢 2 きざみこんぶ(乾) 0.3 切り干し大根 6 きゅうり 10					
エネルギー 639kcal たんぱく質 26.6 g			エネルギー 616kcal たんぱく質 28.4 g			エネルギー 629kcal たんぱく質 33.3 g			エネルギー 664kcal たんぱく質 24.0 g			エネルギー 713kcal たんぱく質 29.2 g					
30 (月)	ごはん ごましお たらのうめソース すいもの ぎゅうにゅう		加工食品に含まれるアレルギーの原因物質について									令和7年6月 (2025年6月) 献立表 (川崎・中原区) 給食回数 21回					
新献立 たらの梅ソースについて知る			献立名		加工食品名		アレルギーの原因物質			○牛乳 ○とうがん							
●ごはん 精白米 80 ●ごま塩 黒いりごま 2 塩 0.1 水 適量 ●たらの梅ソース 揚げ油 適量 (たら(角) 50 酒 0.8 片栗粉 7.5 水 3 梅肉 1.5 砂糖 2 しょうゆ 1.3 みりん 2 酒 0.5 酢 1.3			●吸い物 水 120 こんぶ 0.5 (厚けずり節(かつお) 5 にんじん 10 たけのこ(水煮) 5 たまねぎ 25 塩 0.5 しょうゆ 1.5 なると 3 小松菜 10 ゆで塩		ハヤシライス		デミグラスソース			○							
			ポテトグラタン		パン粉					○							
			てり焼きハンバーグ		ハンバーグ					○							
			みそワントンスープ		ワントンの皮					○							
			ミネストローネ		ホイールマカロニ					○							
			ラザニア		リボンマカロニ					○							
			各種パン							○							
エネルギー 558kcal たんぱく質 22.2 g			※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使う食品の中で、とり肉・豚肉・大豆・さば・さけ・いか・りんご・もも・ごまもアレルギーの原因となることがあります。 ※調味料(しょうゆ、酢、みそ)に含まれるアレルギー物質は、除去の対象とはしません。 ※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。									6月 は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。 ○牛乳 ○とうがん ※天候の影響により、県内産の食材が納入できない場合もあります。 学校給食費の口座振替日(納期限) ・第1期 令和7年6月30日(月)(4・5月分) ・第2期 令和7年7月31日(木)(6月分) ※前日までに、登録口座残高の確認、入金をしていただきますようお願いいたします。		☆お知らせ☆ 給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等でご確認されるようお願いいたします。 各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量(g(グラム))とともに記入しました(表中の分量は小学校中学年1人分のものです)。 【給食目標】 よくかんで食べる大切さを知ろう 【今月のねらい◎】 よくかんで食べることの大切さを知る ※献立名の下には献立のねらいを記載しています。◎印の献立は今月のねらいに即した献立です。			

令和7年6月
(2025年6月)
献立表
(川崎・中原区)
給食回数 21回

☆お知らせ☆
給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等でご確認されるようお願いいたします。
各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量(g(グラム))とともに記入しました(表中の分量は小学校中学年1人分のものです)。
【給食目標】
よくかんで食べる大切さを知ろう
【今月のねらい◎】
よくかんで食べることの大切さを知る
※献立名の下には献立のねらいを記載しています。◎印の献立は今月のねらいに即した献立です。

6月は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。

○牛乳

○とうがん

※天候の影響により、県内産の食材が納入できない場合もあります。

学校給食費の口座振替日(納期限)

・第1期 令和7年6月30日(月)
(4・5月分)

・第2期 令和7年7月31日(木)
(6月分)

*前日までに、登録口座残高の確認、入金をしていただきますようお願いいたします。