

2 (月)	しろパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ* ポイルやさい わふうかつおドレッシング	3 (火)	ごはん ふりかけ* ぎゅうにゅう なんばんに* みそしる	4 (水)	ロールパン ぎゅうにゅう ハンバーグ しろいんげんまめのクリームシチュー	5 (木)	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのかばやき もやしいため けんちんじり*	6 (金)	むぎごはん ぎゅうにゅう なまあげのせんに* とつがンスープ
【献立のねらい】大豆について知る		しらす干しについて知る		洋食について知る		◎食べ物の働きを知る		季節の食品のとうがんにについて知る	
●白パン(減塩) 40: ●ポークビーンズ 油 0.5: ベーコン 1: 豚肉(もも) 15: 豚肉(肩) 15: 赤ワイン 25: たまねぎ 15: にんじん 0.7: 塩 0.05: じゃが芋 40: 水 80: 大豆 17: 砂糖 0.5: トマトケチャップ 10: トマトピューレ 10: 油 1: 小麦粉 1	●ボイル野菜 (にんじん 10: もやし 20: キャベツ 20: ゆで塩 2) ●和風かつおドレッシング (水 1.5: 酢 3: しょうゆ 4: 砂糖 1.5: ごま油 0.5: けずり節(かつお) 0.2: 片栗粉 0.1)	●ごはん 精白米 80: ●ふりかけ (けずり節(かつお) 0.8: 白いりごま 1.2: しらす干し(ちりめん) 1: あおさ 0.2: 塩 0.06: しょうゆ 0.2: ●南蛮煮 (揚げ油 適量: じゃが芋 72: 油 0.4: 一味唐辛子 0.007: 豚ひき肉(もも) 24: にんじん 20: たまねぎ 36: 砂糖 1.6: しょうゆ 4.5)	(片栗粉 1.6: 水 20) ●みそ汁 (水 120: こんぶ 0.5: 厚けずり節(かつお) 5: たまねぎ 2: 豆腐 20: 赤みそ 4.3: 白みそ 4: 生わかめ 3)	●ロールパン 40: ●ハンバーグ 油 適量: ハンバーグ 70: 油 0.5: たまねぎ 12: 水 5: デミグラスソース 5: トマトケチャップ 7: ウスターソース 1.5	じゃが芋 30: 水 3: チーズ 5: 白いんげん豆 12: 牛乳 51.5: 米粉 3	●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) 33.3: 片栗粉 5: 水 3: 砂糖 1.4: しょうゆ 2.1: みりん 0.16)	●けんちん汁 (油 0.5: とり肉(皮なし) 15: ごぼう 5: にんじん 10: こんにやく 120: 水 3: 厚けずり節(かつお) 3: じゃが芋 30: 豆腐 0.5: しょうゆ 30: 長ねぎ 10)	●麦ごはん 精白米 70: 米粒麦 10: ●生揚げの四川煮 (油 0.5: にんにく 0.2: しょうが 0.3: 豆板醤 0.1: 豚ひき肉(もも) 30: 砂糖 1.8: しょうゆ 3.5: トマトケチャップ 12: 水 10: 赤みそ 3: 生揚げ(冷) 65: 長ねぎ 15: 片栗粉 1.5: 水)	●とうがンスープ (水 120: とり肉(皮なし) 15: にんじん 10: とうがん 30: 中華スープの素 1.5: 塩 0.8: しょうゆ 0.01: ごぼう 0.3: 片栗粉 1: 水 5: チンゲン菜 5)
エネルギー 567kcal たんぱく質 27.1g		エネルギー 632kcal たんぱく質 23.0g		エネルギー 691kcal たんぱく質 34.1g		エネルギー 617kcal たんぱく質 23.4g		エネルギー 635kcal たんぱく質 28.1g	

9 (月)	チキンクリームライス(ターメリックライス) ぎゅうにゅう キャベツのスープに*	10 (火)	ロールパン ぎゅうにゅう とりにくのからあげ* みそワタンスープ なし	11 (水)	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー さんしょくナムル	12 (木)	しょくパン みかんジャム ぎゅうにゅう ミートポテトのチーズやき* キャベツのソテー	13 (金)	ごはん ぎゅうにゅう まぐろとだいたのみそがらめ* やさいスープ
ターメリックについて知る		季節の食品の梨について知る		カレーについて知る		牛乳について知る		まぐろについて知る	
●ターメリックライス 精白米 80: ターメリック 0.05: ●チキンクリームライス 油 0.6: とり肉(皮つき) 36: たまねぎ 48: にんじん 12: 塩 1: こしょう 0.05: 水 22: エリンギ 6: しめじ 10: 油 5.4: 小麦粉 5.4: 牛乳 55.7	●キャベツのスープ煮 油 0.5: ベーコン 4: キャベツ 55: にんじん 5: スープの素 0.3: 塩 0.2: こしょう 0.01	●ロールパン 40: ●とり肉のから揚げ (とり肉(皮つき) 35: とり肉(皮なし) 36: 塩 0.2: にんにく 0.2: しょうが 0.3: 片栗粉 14.4)	●みそワタンスープ (水 150: 豚肉(もも) 7.5: 豚肉(肩) 7.5: にんじん 10: たまねぎ 10: もやし 10: キャベツ 10: ホールコーン(冷) 9: 塩 0.1)	●ポークカレー 油 0.5: にんにく 0.3: しょうが 0.15: 豚肉(もも) 22.5: 豚肉(肩) 22.5: 塩 0.1: こしょう 0.01: 水 80: たまねぎ 60: にんじん 30: ウスターソース 1.2: じゃが芋 50: カレー粉 0.8: 油 4.5: 小麦粉 4.5	●三色ナムル (ごま油 70: 精白米 15: にんにく 0.3: もやし 40: にんじん 15: ゆで塩 10: ほうれん草(冷) 0.6: 塩 0.1: みりん 0.5: ごま油 1.5: 白いりごま 1.5)	●食パン 40: ●みかんジャム 15: ●ミートポテトのチーズ焼き (油 0.5: にんにく 0.16: 豚ひき肉(もも) 40: たまねぎ 15: にんじん 0.3: 塩 0.03: こしょう 0.03: トマト水煮(缶) 8: なす 5: トマトケチャップ 8: ウスターソース 2: チーズ 6: 油 1.5: 小麦粉 1.5: じゃが芋 70: ゆで塩)	●ごはん 精白米 80: ●キャベツのソテー (油 0.3: ベーコン 2: にんじん 7: ゆで塩 50: キャベツ 0.3: こしょう 0.01)	●野菜スープ (油 10: とり肉(皮なし) 10: にんじん 15: もやし 25: キャベツ 120: 水 3: 塩 0.8: しょうゆ 0.03: 中華スープの素 1.5: しょうゆ 1: 片栗粉 1: 水 3: ごま油 0.5)	●まぐろと大豆のみそがらめ (揚げ油 適量: 蒸し大豆 20: 片栗粉 3: 塩 0.8: しょうゆ 0.03: まぐろ(角) 40: しょうゆ 0.5: しょうゆ 1.8: 片栗粉 7.2: 水 5: 赤みそ 4: 砂糖 2: みりん 1)
エネルギー 660kcal たんぱく質 23.1g		エネルギー 651kcal たんぱく質 33.0g		エネルギー 695kcal たんぱく質 25.0g		エネルギー 568kcal たんぱく質 26.6g		エネルギー 635kcal たんぱく質 29.4g	

学校給食費の口座振替日(納期限)


・第3期 令和6年9月2日(月)
(7月分)

・第4期 令和6年9月30日(月)
(8・9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。

**学校給食レシピと
レシピ動画を公開中!**

*がついた料理は
レシピを紹介して
います。



17 (火)	ツナそぼろごはん(むぎごはん) ぎゅうにゅう めった汁 つきみだんご きなこ	18 (水)	ブルコギどん(むぎごはん) ぎゅうにゅう にらたまスープ	19 (木)	ミートサンド(サンドパン・ミート) ぎゅうにゅう じゃがいものからあげ キャベツとコーンのスープ	20 (金)	ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき ごもくまめ みそしる
お月見の行事食について知る		にらたまスープについて知る		減塩について知る		◎食べ物の働きを知る	
●麦ごはん 精白米 65: 米粒麦 10: ●ツナそぼろ 水 5: にんじん 10: まぐろ(缶) 40: 酒 1.6: 砂糖 1.6: しょうゆ 1.5: 白いりごま 0.8: ●めった汁 油 0.5: 豚肉(もも) 10: 豚肉(肩) 10: ごぼう 5: にんじん 10: 水 120: 大根 20	さつまいも 20: 油揚げ(冷) 5: 赤みそ 5.7: 白みそ 3: 長ねぎ 10: ほうれん草(冷) 5	●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	●にらたまスープ (水 120: たまねぎ 60: にんじん 30: ウスターソース 1.2: じゃが芋 50: カレー粉 0.8: 油 4.5: 小麦粉 4.5)	●サンドパン(減塩) 40: ●ミートサンド (油 0.5: にんにく 0.13: 豚ひき肉(もも) 30: たまねぎ 25: にんじん 5: 砂糖 0.26: 塩 0.26: ウスターソース 3: トマトケチャップ 5: 油 1: 小麦粉 1)	●ごはん 精白米 80: ●さばの塩焼き (油 適量: さば(切り身) 50: 塩 0.5: こしょう 0.02: スープの素 1)	●みそ汁 (水 120: こんぶ 0.5: 厚けずり節(かつお) 5: かんぴょう 2.5: たまねぎ 20: じゃが芋 30: 赤みそ 4.3: 白みそ 4: ゆで塩 5)	
エネルギー 758kcal たんぱく質 27.9g		エネルギー 663kcal たんぱく質 32.2g		エネルギー 561kcal たんぱく質 22.6g		エネルギー 739kcal たんぱく質 29.7g	

24 (火)	ごはん ぎゅうにゅう ツナとなまあげのあまからに はるさめのちゅうかスープ	25 (水)	くろしょくパン ぎゅうにゅう カレーグラタン ひじきのサラダ*	26 (木)	ごはん ぎゅうにゅう ユーリンチー トマトとたまごのスープ	27 (金)	ハヤシライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう ピクルス
ツナについて知る		◎食べ物の働きを知る		トマトについて知る		きゅうりにについて知る	
●ごはん 精白米 80: ●ツナと生揚げの甘辛煮 (油 0.5: にんにく 0.2: しょうが 0.3: 豆板醤 0.2: にんじん 12: しめじ 7: まぐろ(缶) 25: 水 7: 砂糖 2.3: しょうゆ 3.2: オイスターソース 1.4: 赤みそ 2.7: 生揚げ(冷) 50: 長ねぎ 15: ごま油 0.5)	●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)	●黒食パン 40: ●カレーグラタン (油 0.5: とり肉(皮なし) 20: たまねぎ 25: にんじん 10: 塩 0.6: こしょう 0.02: チーズ 6: カレー粉 0.5: 小麦粉 3.5: 牛乳 3.5: 塩 0.1: マカロニ 20: ゆで塩 5: ほうれん草(冷) 5: ゆで塩 3.5: パン粉 0.7)	●ひじきのサラダ(野菜) (ひじき 0.8: にんじん 5: もやし 13: キャベツ 30: むぎえだ豆(冷) 5: ゆで塩)	●ごはん 精白米 80: ●ユーリンチー (揚げ油 適量: とり肉(皮つき) 35: とり肉(皮なし) 35: 塩 0.2: こしょう 0.04: 片栗粉 10.5: 水 8: 砂糖 2.5: しょうゆ 4: 酢 2: 長ねぎ 5: にんにく 0.1: しょうが 0.1: 片栗粉 0.3: ごま油 0.3)	●トマトと卵のスープ (油 0.5: ベーコン 2: たまねぎ 20: 水 120: 塩 0.8: こしょう 0.03: 中華スープの素 1.5: しょうゆ 0.7: トマト 20: 片栗粉 1: 水 25: 卵 5: さやいんげん 5: ゆで塩)	●麦ごはん 精白米 70: 米粒麦 15: 生クリーム 3: ●ピクルス (油 0.5: にんにく 0.5: しょうゆ 2: 砂糖 3: 酢 0.3: 塩 0.3)	
エネルギー 659kcal たんぱく質 25.2g		エネルギー 613kcal たんぱく質 26.5g		エネルギー 683kcal たんぱく質 30.2g		エネルギー 692kcal たんぱく質 24.9g	

9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。

○米(他県産とのブレンドになります)

○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。

*給食の食材の産地については、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイト (<http://www.kyuusyokukai.ecnet.jp/>)に掲載しています。また、放射能検査結果については、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトに掲載しています。(川崎市公式ウェブサイトのトップページ→画面上部の検索ボックスに「学校給食献立」と入力し、検索→「川崎市の学校給食(市立小学校・中学校・特別支援学校の献立表・給食の産地・放射能検査結果)」)

なお、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイトは、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトにもリンクを掲載しております。

**令和6年9月
(2024年9月)
献立表
(幸・多摩・麻生区)
給食回数 19回**

献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質		
		卵	乳	小麦
ハヤシライス	デミグラスソース			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
	デミグラスソース			○
カレーグラタン	マカロニ			○
	パン粉			○
みそワタンスープ	ワタンの皮			○
フィッシュサンド	ホキフライ			○
ミネストローネ	ホイールマカロニ			○
各種パン				○

※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。

【給食目標】
食べ物の働きを知ろう
【今月のねらい】
食べ物は、体の中の働きによって、3つのグループに分けられることを知る

☆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)。

※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。

エネルギー 683kcal たんぱく質 26.6g