令和６年6月
（2024年６月）
献立表
（特別支援学校）
給食回数　20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(表中の分量は中･高校生１人分のものです)。それぞれの学年に応じて分量を調整しています。

【給食目標】
歯と骨を丈夫にしよう
【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。

○米(他県産とのブレンドになります)
○牛乳

６月は、以下の食材について市内産のものを学校給食に取り入れます。

○たまねぎ(18日)

※天候の影響により、県内産・市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６年７月１日(月)
（４・５月分）

・第２期　令和６年７月31日(水)
（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。

加工食品に含まれるアレルギーの原因物質について

献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質 卵	乳	小麦
ワンタンスープ	ワンタンの皮			○
サンラータンメン	中華めん			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
ハヤシライス	デミグラスソース			○
はっこう乳	はっこう乳		○	
マカロニグラタン	マカロニ			○
	パン粉			○
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。

3（月）
むぎごはん　チンジャオロースー
ワンタンスープ　フルーツポンチ
ぎゅうにゅう

【献立のねらい】 物語給食を通してピーマンを味わう

●麦ごはん
精白米 80
米粒麦 10

●チンジャオロースー
油 0.6
にんにく 0.36
しょうが 0.6
豚肉(もも) 27
豚肉(肩) 27
酒 1.2
しょうゆ 1.2
たけのこ(水煮) 24
砂糖 2.4
しょうゆ 3.6
豆板醤 0.12
片栗粉 0.6
水
ピーマン 12
ゆで塩

●ワンタンスープ
水 150
とり肉(皮つき) 24
にんじん 15
たまねぎ 15
もやし 20
塩 0.7
こしょう 0.04
中華スープの素 1.8
しょうゆ 2.4
ワンタンの皮 10
チンゲン菜 6

●フルーツポンチ
りんご(缶) 60
野菜入りゼリー 40

絵本
「グリーンマントのピーマンマン」より

中高等部エネルギー772 kcal　中高等部たんぱく質 31.4 g
小学部エネルギー618 kcal　小学部たんぱく質 25.1 g

4（火）
むぎごはん　とりにくとごぼうのあまからあえ
きゅうりのちゅうかづけ＊　みそしる
ぎゅうにゅう

◎歯と口の健康週間の行事食について知る

●麦ごはん
精白米 80
米粒麦 10

●とり肉とごぼうの甘辛あえ
揚げ油 適量
ごぼう 18
揚げ油 適量
とり肉(皮つき) 40
とり肉(皮なし) 40
しょうが 0.7
しょうゆ 0.7
酒 1.3
片栗粉 11.88
水 6.6
砂糖 1.98
しょうゆ 4.4
みりん 3.3
むきえだ豆(冷) 7
ゆで塩

●きゅうりの中華づけ
きゅうり 50
酢 2.4
砂糖 0.72
しょうゆ 4.56
白いりごま 1.2
ごま油 0.6
ラー油 0.02

●みそ汁
水 150
こんぶ 0.65
厚けずり節(かつお) 6.5
たまねぎ 30
生揚げ(冷) 25
赤みそ(減塩) 5.4
白みそ(減塩) 5
小松菜 13
ゆで塩

行事食
「歯と口の健康週間」

中高等部エネルギー799 kcal　中高等部たんぱく質 34.5 g
小学部エネルギー639 kcal　小学部たんぱく質 27.6 g

5（水）
ねぎしおぶたどん(むぎごはん)
たまごスープ　ぎゅうにゅう

レモンについて知る

●麦ごはん
精白米 85
米粒麦 10

●ねぎ塩豚丼
ごま油 1.3
豚肉(もも) 33
豚肉(肩) 33
にんにく 0.4
塩 0.1
こしょう 0.03
酒 1
にんじん 15
もやし 60
ゆで塩
塩 0.9
こしょう 0.01
中華スープの素 0.3
しょうゆ 0.6
長ねぎ 13
レモン果汁(冷) 1
片栗粉 1.3
水

●卵スープ
油 0.6
ベーコン 1.2
とり肉(皮なし) 12
たまねぎ 25
水 150
塩 0.8
こしょう 0.04
ホールコーン(冷) 18
コーンピューレ(冷) 18
片栗粉 1.2
水
卵 24
パセリ 0.3

中高等部エネルギー746 kcal　中高等部たんぱく質 34.9 g
小学部エネルギー597 kcal　小学部たんぱく質 27.9 g

6（木）
ロールパン　みかんジャム
シェパーズパイ　スコッチブロス
ぎゅうにゅう

英国料理について知る

●ロールパン 60

●みかんジャム 20

●シェパーズパイ
油 0.4
にんにく 0.12
豚ひき肉(もも) 42
たまねぎ 40
にんじん 20
塩 0.2
こしょう 0.04
トマト水煮(缶) 8
トマトケチャップ 8
ウスターソース 2
油 2
小麦粉 2
水 6.5
マッシュポテト 65
牛乳 20
脱脂粉乳 5
パセリ 0.3
パセリ 0.3
粉チーズ 3.5

●スコッチブロス
油 0.6
ベーコン 2.4
とり肉(皮なし) 12
セロリ 3.6
にんじん 12
たまねぎ 18
水 150
押麦 6
キャベツ 30
塩 0.72
こしょう 0.02
スープの素 1.2

中高等部エネルギー785 kcal　中高等部たんぱく質 33.8 g
小学部エネルギー628 kcal　小学部たんぱく質 27.0 g

7（金）
ごはん　ちくわのいそべあげ
きりぼしだいこんのベーコンに＊
しおこうじじる　ぎゅうにゅう

ちくわについて知る

●ごはん
精白米 90
さやいんげん 3.6
ゆで塩

●ちくわの磯辺揚げ
揚げ油 適量
焼きちくわ(減塩) 50
小麦粉 3.3
あおさ 0.3
水

●切り干し大根のベーコン煮
油 0.36
ベーコン 4.8
切り干し大根 8.4
にんじん 7.2
水 12
厚けずり節(かつお) 1.2
砂糖 0.48
しょうゆ 2.8
みりん 1.2

●塩こうじ汁
油 0.6
豚肉(もも) 15
豚肉(肩) 15
ごぼう 6
たまねぎ 12
にんじん 18
こんにゃく 12
水 150
厚けずり節(かつお) 3.6
じゃが芋 36
減塩液体塩こうじ 8.4
塩 0.36
酒 1.8
みりん 1.2
豆腐 24

中高等部エネルギー791 kcal　中高等部たんぱく質 28.9 g
小学部エネルギー633 kcal　小学部たんぱく質 23.1 g

10（月）
ごはん　あじのこうみソース
もやしのうまに　けんちんじる＊
ぎゅうにゅう

あじについて知る

●ごはん
精白米 90

●あじの香味ソース
揚げ油 適量
あじ(切り身) 60
片栗粉 7.5
油 0.2
にんにく 0.5
しょうが 1.3
水 6
砂糖 2
赤みそ(減塩) 1.1
みりん 0.5
しょうゆ 2.4
豆板醤 0.04
酢 0.7
ごま油 0.2

●もやしのうま煮
油 0.6
しょうが 0.12
豚肉(もも) 6
にんじん 6
ゆで塩
もやし 54
砂糖 0.8
しょうゆ 3.1
にら 3.6
片栗粉 0.36
水

●けんちん汁
油 0.6
とり肉(皮なし) 18
ごぼう 12
にんじん 12
こんにゃく 24
水 150
厚けずり節(かつお) 3.6
じゃが芋 36
塩 0.6
豆腐 36
しょうゆ 3.6
長ねぎ 12

中高等部エネルギー742 kcal　中高等部たんぱく質 35.1 g
小学部エネルギー594 kcal　小学部たんぱく質 28.0 g

11（火）
むぎごはん
ぶたにくとなまあげのいために
やさいスープ　ぎゅうにゅう

にらについて知る

●麦ごはん
精白米 80
米粒麦 10

●豚肉と生揚げの炒め煮
油 1.2
豚肉(もも) 30
一味唐辛子 0.01
にんじん 16
じゃが芋 32
水 32
生揚げ(冷) 75
砂糖 3
しょうゆ 8
ねぎ 20
片栗粉 1.6
水

●野菜スープ
油 0.6
とり肉(皮なし) 12
にんじん 15
もやし 15
キャベツ 30
水 150
塩 0.9
こしょう 0.04
中華スープの素 1.8
しょうゆ 1.2
片栗粉 1.2
水
にら 3
ごま油 0.6

中高等部エネルギー732 kcal　中高等部たんぱく質 29.7 g
小学部エネルギー585 kcal　小学部たんぱく質 23.7 g

12（水）
ハンバーガー(サンドパン・とうふハンバーグ)
キャベツのソテー　ポタージュ
ぎゅうにゅう

パセリについて知る

●サンドパン(減塩) 50

●豆腐ハンバーグ
豆腐ハンバーグ 80
油 0.5
たまねぎ 30
水 5
トマト水煮(缶) 5
トマトケチャップ 4
ウスターソース 1.5

●キャベツのソテー
油 0.36
ベーコン 2.4
にんじん 10
ゆで塩
キャベツ 70
塩 0.36
こしょう 0.01

●ポタージュ
油 0.6
とり肉(皮なし) 24
たまねぎ 30
にんじん 12
塩 1
こしょう 0.01
じゃが芋 60
水 60
油 3.6
小麦粉 3.6
生クリーム 8.4
パセリ 0.3

中高等部エネルギー703 kcal　中高等部たんぱく質 31.4 g
小学部エネルギー562 kcal　小学部たんぱく質 25.1 g

13（木）
チキンクリームライス(ターメリックライス)
ひじきのサラダ＊　ぎゅうにゅう

とり肉について知る

●ターメリックライス
精白米 95
ターメリック 0.05

●チキンクリームライス
油 0.8
とり肉(皮つき) 50
たまねぎ 65
にんじん 15
塩 1.3
こしょう 0.07
水 30
しめじ 15
エリンギ 5
油 7
小麦粉 7
牛乳 75
パセリ 0.4

●ひじきのサラダ (野菜)
ひじき 1
にんじん 10
もやし 18
キャベツ 36
ゆで塩

●ひじきのサラダ(ドレッシング)
酢 2.5
砂糖 1
しょうゆ 3.8
油 1
白いりごま 1

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。

中高等部エネルギー784 kcal　中高等部たんぱく質 28.1 g
小学部エネルギー627 kcal　小学部たんぱく質 22.4 g

14（金）
むぎごはん　チキンなんばん　タルタルソース
きりぼしだいこんのさっぱりあえ
かきたまじる　ぎゅうにゅう

宮崎県の郷土料理について知る

●麦ごはん
精白米 80
米粒麦 10

●チキン南蛮
揚げ油 適量
とり肉(皮つき) 40
とり肉(皮なし) 40
塩 0.2
こしょう 0.02
酒 1.2
片栗粉 12
水 2.4
酢 2.4
しょうゆ 3.7
砂糖 2.4
片栗粉 0.2
水

●タルタルソース 8

●切り干し大根のさっぱりあえ
水 6
しょうゆ 3.6
砂糖 2.16
塩 0.12
酢 2.4
きざみこんぶ(乾) 0.36
切り干し大根 7.2
きゅうり 12

●かきたま汁
水 150
こんぶ 0.65
厚けずり節(かつお) 6.5
にんじん 10
たまねぎ 20
豆腐 30
塩 0.5
しょうゆ 1.8
酒 0.5
片栗粉 0.6
水
卵 26
ほうれん草 10
ゆで塩

中高等部エネルギー808 kcal　中高等部たんぱく質 36.0 g
小学部エネルギー646 kcal　小学部たんぱく質 28.8 g

17（月）
ごはん　サンラータンメン
まぐろとだいずのみそがらめ＊
ぎゅうにゅう

まぐろについて知る

●ごはん
精白米 70

●サンラータンメン
油 0.6
にんにく 0.24
豆板醤 0.12
豚肉(もも) 15
豚肉(肩) 15
にんじん 10
水 150
塩 1.5
こしょう 0.06
中華スープの素 1.8
しょうゆ 1.2
もやし 30
キャベツ 24
酢 1.2
ラー油 0.06
片栗粉 0.96
水
中華めん(冷凍・無塩) 55
長ねぎ 12

●まぐろと大豆のみそがらめ
揚げ油 適量
ゆで大豆 36
片栗粉 5.4
揚げ油 適量
まぐろ(角) 36
しょうが 0.48
水 6
赤みそ(減塩) 3.24
砂糖 2.16
みりん 1.08

中高等部エネルギー758 kcal　中高等部たんぱく質 37.0 g
小学部エネルギー606 kcal　小学部たんぱく質 29.6 g

18（火）
ぶたにくともやしのオイスターソースどん(むぎごはん)
わかめスープ　ヨーグルト
ぎゅうにゅう

川崎市内産のたまねぎについて知る

●麦ごはん
精白米 80
米粒麦 10

●豚肉ともやしのオイスターソース丼
油 1.2
しょうが 0.4
豚肉(もも) 36
豚肉(肩) 36
塩 0.07
こしょう 0.01
もやし 72
オイスターソース 2.2
酒 4.3
しょうゆ 4.3
にら 14
片栗粉 1.5
水
ごま油 0.6

●わかめスープ
油 0.6
とり肉(皮なし) 20
にんじん 6
たまねぎ(市内産) 15
塩 0.8
こしょう 0.04
水 150
中華スープの素 1.8
しょうゆ 1.2
片栗粉 1.2
水
卵 12
生わかめ 6

●ヨーグルト 70

中高等部エネルギー747 kcal　中高等部たんぱく質 38.0 g
小学部エネルギー597 kcal　小学部たんぱく質 30.4 g

19（水）
ツナそぼろ(ごはん)　しおだれもやし
ぶたじる　ぎゅうにゅう

豆腐について知る

●ごはん
精白米 90

●ツナそぼろ
水 6
にんじん 15
まぐろ(缶) 48
酒 2
砂糖 2
しょうゆ 2.2

●塩だれもやし
キャベツ 20
もやし 50
ごま油 0.35
塩 0.45
白いりごま 1.5

●豚汁
油 0.6
豚肉(もも) 12
豚肉(肩) 12
ごぼう 6
にんじん 18
こんにゃく 12
水 150
じゃが芋 36
豆腐 24
赤みそ(減塩) 7.2
白みそ(減塩) 3.6
長ねぎ 12

中高等部エネルギー762 kcal　中高等部たんぱく質 31.4 g
小学部エネルギー610 kcal　小学部たんぱく質 25.1 g

20（木）
カレーミートサンド(はいがサンドパン・カレーミート)
のりしおポテト　かぼちゃのスープ
ぎゅうにゅう

季節の食品かぼちゃについて知る

●胚芽サンドパン(減塩) 50

●カレーミートサンド
油 0.6
豚ひき肉(もも) 27
たまねぎ 30
にんじん 6
砂糖 0.3
塩 0.3
カレー粉 0.4
ウスターソース 4
トマトケチャップ 6
大豆ミート(小粒) 3
油 1.2
小麦粉 1.2

●のりしおポテト
揚げ油 適量
じゃが芋 100
塩 0.2
あおさ 0.2

●かぼちゃのスープ
油 0.6
とり肉(皮なし) 24
たまねぎ 30
にんじん 12
塩 1
こしょう 0.01
水 72
スープの素 0.6
パンプキンペースト(冷) 60
油 2.4
小麦粉 2.4
牛乳 50
生クリーム 3.6
パセリ 0.2

中高等部エネルギー784 kcal　中高等部たんぱく質 32.7 g
小学部エネルギー627 kcal　小学部たんぱく質 26.2 g

21（金）
ハヤシライス(むぎごはん)
キャベツとじゃこのいために
はっこうにゅう

しらす干しについて知る

●麦ごはん
精白米 85
米粒麦 10

●ハヤシライス
油 0.6
にんにく 0.6
豚肉(もも) 30
豚肉(肩) 30
塩 0.1
こしょう 0.01
赤ワイン 3.6
たまねぎ 72
にんじん 24
水 96
塩 0.7
じゃが芋 36
トマトケチャップ 15
デミグラスソース 6
ウスターソース 4.2
しょうゆ 1.8
砂糖 0.12
油 5.4
小麦粉 5.4
生クリーム 3

●キャベツとじゃこの炒め煮(じゃこ)
ごま油 0.36
しらす干し(ちりめん) 4.8

●キャベツとじゃこの炒め煮(キャベツ)
ごま油 0.8
キャベツ 60
にんじん 6
ゆで塩
塩 0.2
しょうゆ 0.8

●はっこう乳 192.6

中高等部エネルギー799 kcal　中高等部たんぱく質 29.2 g
小学部エネルギー639 kcal　小学部たんぱく質 23.3 g

24（月）
ごはん　ひじきのごまふうみ
なんばんに＊　みそしる　ぎゅうにゅう

ひじきについて知る

●ごはん
精白米 90

●ひじきのごま風味
油 0.6
ひじき 2.2
酒 1.1
みりん 1.1
砂糖 0.55
しょうゆ 2.2
白いりごま 1.5

●南蛮煮
揚げ油 適量
じゃが芋 108
油 0.6
一味唐辛子 0.01
豚ひき肉(もも) 35
大豆ミート(小粒) 3
にんじん 30
たまねぎ 54
砂糖 3.6
しょうゆ 8.4
片栗粉 2.4
水
ピーマン 3
ゆで塩

●みそ汁
油 0.3
ごぼう 5
水 150
こんぶ 0.65
厚けずり節(かつお) 6.5
たまねぎ 20
にんじん 10
えのきたけ 10
キャベツ 25
赤みそ(減塩) 4.7
白みそ(減塩) 4.7

中高等部エネルギー778 kcal　中高等部たんぱく質 27.2 g
小学部エネルギー622 kcal　小学部たんぱく質 21.8 g

25（火）
しろパン　マカロニグラタン＊
ジュリエンヌスープ　ぎゅうにゅう

マカロニについて知る

●白パン(減塩) 50

●マカロニグラタン
油 0.6
とり肉(皮なし) 24
たまねぎ 30
にんじん 12
塩 0.72
こしょう 0.04
チーズ 7.2
油 4.2
小麦粉 4.2
牛乳 72
水 適量
脱脂粉乳 5
マカロニ 24
ゆで塩
粉チーズ 3.5
パン粉 0.8

●ジュリエンヌスープ
油 0.5
ベーコン 5
セロリ 3
にんじん 15
たまねぎ 40
水 150
キャベツ 45
塩 0.9
こしょう 0.04
スープの素 1.2
パセリ 0.3

中高等部エネルギー735 kcal　中高等部たんぱく質 31.5 g
小学部エネルギー588 kcal　小学部たんぱく質 25.2 g

26（水）
こうやどうふのそぼろごはん(むぎごはん)＊
ボイルやさい　わふうかつおドレッシング
はるさめのちゅうかスープ　ぎゅうにゅう

春雨について知る

●麦ごはん
精白米 85
米粒麦 10

●高野豆腐のそぼろごはん
油 1
しょうが 0.65
豚ひき肉(もも) 45
にんじん 20
酒 1.3
みりん 2.6
砂糖 3.2
しょうゆ 6.5
大豆ミート(小粒) 5
凍り豆腐 6.5

●ボイル野菜
ホールコーン(冷) 20
にんじん 10
もやし 40
ゆで塩

●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
水

●春雨の中華スープ
油 0.6
とり肉(皮なし) 18
たまねぎ 24
にんじん 15
水 150
キャベツ 18
塩 0.9
こしょう 0.02
しょうゆ 1.2
中華スープの素 1.8
春雨 5
片栗粉 0.6
水
チンゲン菜 6
ごま油 0.6

中高等部エネルギー756 kcal　中高等部たんぱく質 35.6 g
小学部エネルギー605 kcal　小学部たんぱく質 28.5 g

27（木）
ごはん　さばのごまみそかけ
きゅうりのしょうがいため　おいわいすましじる
「かわさきそだち」のなしゼリー　ぎゅうにゅう

市制100周年のお祝い

●ごはん
精白米 90

●さばのごまみそかけ
揚げ油 適量
さば(切り身) 60
酒 1.2
しょうゆ 0.6
しょうが 1.2
片栗粉 7.2
小麦粉 3.6
水 7.2
赤みそ(減塩) 3.36
白みそ(減塩) 3.36
砂糖 2.4
みりん 1.8
白いりごま 0.6

●きゅうりのしょうが炒め
ごま油 0.6
しょうが 0.6
きゅうり 42
酢 2.4
砂糖 1.2
塩 0.36
しょうゆ 1.2

●お祝いすまし汁
水 150
厚けずり節(かつお) 3.6
にんじん 10
塩 0.48
しょうゆ 2.4
なると(祝) 7.2
片栗粉 1.2
水
長ねぎ 20
ほうれん草 6
ゆで塩

●「かわさきそだち」のなしゼリー 60

行事食
市制100周年
お祝い献立

中高等部エネルギー830 kcal　中高等部たんぱく質 25.8 g
小学部エネルギー664 kcal　小学部たんぱく質 20.6 g

28（金）
むぎごはん
こまったさんのポークカレー
キャベツのスープに　ぎゅうにゅう

物語給食を通してカレーを味わう

●麦ごはん
精白米 85
米粒麦 10

●こまったさんのポークカレー
油 0.6
にんにく 0.4
しょうが 0.2
豚肉(もも) 30
豚肉(肩) 30
塩 0.1
こしょう 0.01
水 96
たまねぎ 72
にんじん 40
塩 1.44
ウスターソース 3.6
じゃが芋 60
カレー粉 0.96
油 4.2
バター 1.2
小麦粉 5.4
アップルソース 25

●キャベツのスープ煮
油 0.6
ベーコン 4.8
キャベツ 80
にんじん 6
スープの素 0.36
塩 0.24
こしょう 0.01

絵本
「こまったさんのカレーライス」より

中高等部エネルギー813 kcal　中高等部たんぱく質 29.3 g
小学部エネルギー650 kcal　小学部たんぱく質 23.4 g

※ごはんは精白米、パンは小麦粉の量で示しています。※飲用牛乳は全学年200ccです。

川崎市教育委員会事務局