

令和7年11月 (2025年11月) 献立表 (川崎・中原区) 給食回数 18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人分のもです)。 【給食目標】 食文化について考えよう(和食) 【今月のねらい◎】 日本の食文化について知り、和食のよさを理解する ※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。	加工食品に含まれるアレルギーの原因物質について					11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 ○キャベツ ○大根 ※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・給食の食材の産地・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。																																																								
	献立名		加工食品名		アレルギーの原因物質																																																									
					卵			乳	小麦																																																					
	治部煮油ふ								○																																																					
	ハヤシライス		デミグラスソース						○																																																					
	ラザニア		リボンマカロニ						○																																																					
	ポテトグラタン		パン粉						○																																																					
	フィッシュサンド		ホキフライ						○																																																					
	豚肉のトマト煮		ペンネマカロニ						○																																																					
	タンメン		中華めん						○																																																					
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。 ※十穀米【大麦(押麦)・もちきび・発芽玄米・はとむぎ・もちあわ・もち米・黒米・赤米・うるちひえ・アマランサス】																																																														
4 (火)		ミニはちみつロールパン タンメン まぐろとだいちのみそがらめ* りんご ギゆうにゅう			5 (水)		むぎごはん チキンカレー だいちんときゅうりのちゅうかつづけ ぎゆうにゅう			6 (木)		ごはん ふりかけ* にくじゃが かきたまじる ギゆうにゅう			7 (金)		ぶどうパン ポテトグラタン キャベツのソテー ギゆうにゅう																																													
【献立のねらい】タンメンについて知る							季節の食品の大根について知る							◎和食について知る							ぶどうパンについて知る																																									
●ミニはちみつロールパン 25							●まぐろと大豆のみそがらめ							●麦ごはん							●ごはん							●ぶどうパン							●キャベツのソテー																											
●タンメン							揚げ油 適量 (蒸し大豆 30 片栗粉 4.5 揚げ油 適量 (まぐろ(角) 30 しょうが 0.25 しょうゆ 1.3 片栗粉 5.4 水 5 赤みそ 2.7 砂糖 1.8 みりん 0.9							●チキンカレー							●大根ときゅうりの中華づけ							●かきたま汁							●ポテトグラタン							●野菜ソテー																				
油 0.5 にんにく 0.16 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 たまねぎ 20 にんじん 10 水 150 粗塩 1.3 こしょう 0.05 中華スープの素 1.5 しょうゆ 1 ホールコーン(冷) 10 もやし 10 キャベツ 20 中華めん(冷) 40 にら 3 ラー油 0.05							●りんご							油 70 精白米 15 米粒麦 25 きゅうり 20 酢 1.8 砂糖 0.5 しょうゆ 3.1 白いりごま 1 あおさ 0.5 ごま油 0.1 ラー油 0.02							●ふりかけ							砂糖 1.5 しょうゆ 4.5 (むぎえだ豆(冷)ゆで塩 3							●かきたま汁							油 40 ベーコン 0.5 とり肉(皮なし) 2 たまねぎ 30 にんじん 25 粗塩 10 こしょう 0.03 チーズ 6 {油 4 小麦粉 4 牛乳 51.5 粗塩 0.1 ゆで塩 70 (じゃが芋 5 ほうれん草 5 ゆで塩 5 粉チーズ 3.5 パン粉 0.7							●ぶどうパン							油 0.3 ベーコン 2 (にんじんゆで塩 7 キャベツ 50 粗塩 0.3 こしょう 0.01						
エネルギー 604kcal たんぱく質 32.0g							エネルギー 678kcal たんぱく質 25.2g							エネルギー 607kcal たんぱく質 24.1g							エネルギー 630kcal たんぱく質 26.4g																																									
10 (月)		ならちゃめし(じっこくまいごはん)* ごまお とりにくとさつまいものあまからに みそしる ギゆうにゅう					11 (火)		ごはん やきのり さつまあげとふゆやさいのにもも もやしいため みかん ギゆうにゅう					12 (水)		しろパン いちごジャム ラザニア キャベツのスープに* ギゆうにゅう					13 (木)		ごもくごはん(ごはん) ちくわのいそべあげ みそしる ギゆうにゅう					14 (金)		チキンクリームライス(ターメリックライス) やさいソテー ギゆうにゅう																																
川崎の郷土料理のなら茶めしについて知る							新米について知る							キャベツについて知る							◎五目ごはんについて知る							ベーコンについて知る																																		
●なら茶めし							●ごはん							●白パン							●ごはん							●ターメリックライス							●野菜ソテー																											
精白米 60 十穀米 4 いり大豆 5 しょうゆ 2.3							●焼きのり							●いちごジャム							●みそ汁							●ターメリックライス							●野菜ソテー																											
揚げ油 適量 さつま芋(冷) 40 揚げ油 適量 (とり肉(皮つき) 35 しょうゆ 0.8 片栗粉 6.3							●さつま揚げと冬野菜の煮物							●ラザニア							●五目ごはん							●チキンクリームライス							●ターメリックライス																											
●なら茶めし(白いりごま)							●みそ汁							●キャベツのスープ煮							●ちくわの磯辺揚げ							●みそ汁							●野菜ソテー																											
白いりごま 2 粗塩 0.05 水 適量							●みかん							●ロールパン(減塩)							●ぶどうパン							●さばの塩焼き							●生揚げの四川煮																											
●とり肉とさつま芋の甘辛煮							●白菜のおかかあえ							●豚肉のトマト煮							●とり肉のから揚げ							●麦ごはん							●のっぺい汁																											
油 0.5 にんじん 10 水 適量 酒 0.5 みりん 0.4 砂糖 0.8 しょうゆ 2.5 (さやいんげん(冷) 5 ゆで塩							●さつま揚げと冬野菜の煮物							●キャベツのスープ煮							●とり肉のから揚げ							●みそ汁							●野菜ソテー																											
油 0.5 にんじん 10 水 適量 酒 0.5 みりん 0.4 砂糖 0.8 しょうゆ 2.5 (さやいんげん(冷) 5 ゆで塩							●さつま揚げと冬野菜の煮物							●キャベツのスープ煮							●とり肉のから揚げ							●みそ汁							●野菜ソテー																											
エネルギー 611kcal たんぱく質 22.3g							エネルギー 613kcal たんぱく質 24.3g							エネルギー 668kcal たんぱく質 28.4g							エネルギー 606kcal たんぱく質 24.3g							エネルギー 713kcal たんぱく質 25.8g																																		
17 (月)		きなこパン(コッペパン)* クリームシチュー* ボイルやさい わふうドレッシング ギゆうにゅう					18 (火)		ごはん さけのしおやき はくさいのおかかあえ めったじる ギゆうにゅう					19 (水)		ロールパン ぶたにくのトマトに ベジタブルスープ ギゆうにゅう					20 (木)		ごはん だいこんばのふりかけ* とりにくのからあげ とうにゅうちゅうかスープ ギゆうにゅう					21 (金)		そぼろごはん(むぎごはん・だいちずみート) しおだれキャベツ* のっぺいじる ギゆうにゅう																																
米粉について知る							めった汁について知る							デミグラスソースについて知る							新献立の豆乳中華スープについて知る							粗塩について知る																																		
●きな粉パン							●ごはん							●ロールパン(減塩)							●ごはん							●麦ごはん							●のっぺい汁																											
揚げ油 適量 コッペパン 50 きな粉 3 砂糖 5 塩 0.03							●さけの塩焼き							●豚肉のトマト煮							●大根葉のふりかけ							●ターメリックライス							●野菜ソテー																											
●クリームシチュー							●白菜のおかかあえ							●豚肉のトマト煮							●とり肉のから揚げ							●みそ汁							●野菜ソテー																											
油 0.5 ベーコン 1 とり肉(皮つき) 30 たまねぎ 25 にんじん 20 粗塩 0.8 こしょう 0.05 じゃが芋 55 水 適量 チーズ 5 牛乳 41.2 米粉 3							●さけの塩焼き							●豚肉のトマト煮							●大根葉のふりかけ							●ターメリックライス							●野菜ソテー																											
エネルギー 649kcal たんぱく質 25.8g							エネルギー 661kcal たんぱく質 32.0g							エネルギー 587kcal たんぱく質 30.2g							エネルギー 690kcal たんぱく質 32.4g							エネルギー 626kcal たんぱく質 29.1g																																		
＜能登復興応援メニュー＞ 「能登半島地震被災者支援等の寄附金」の一部を活用し、学校給食で能登の食材を使用することで、能登の復興を応援する取組です。石川県の郷土料理である「めった汁」に「能登白ねぎ」を使用します。能登の食材や地域の食文化、農業への理解といった子どもたちの食育の学びを推進するとともに、能登地域への理解を深め、被災地支援につなげます。							25 (火)							ごはん さばのしおやき じぶに みそしる ギゆうにゅう					26 (水)		ハヤシライス(むぎごはん) ひじきのサラダ* ギゆうにゅう					27 (木)		フィッシュサンド(サンドパン・ホキフライ) カレーこふきいも コンソメスープ ギゆうにゅう					28 (金)		ごはん なまあげのしせん* はるさめのちゅうかスープ ギゆうにゅう																											
◎「和食の日」の行事食							ひじきについて知る							ホキについて知る							チンゲン菜について知る																																									
●ごはん							●麦ごはん							●サンドパン(減塩)							●ごはん							●春雨の中華スープ																																		
精白米 80							しょうゆ 1.5 砂糖 0.1 油 4.5 小麦粉 3							●ホキフライ							●生揚げの四川煮							●野菜ソテー																																		
●さばの塩焼き							●ハヤシライス							●中濃ソース							●カレー粉ふき芋							●ターメリックライス																																		
油 適量 塩さば(切り身) 50							●ひじきのサラダ(野菜)							●カレー粉ふき芋							●ターメリックライス							●野菜ソテー																																		
●治部煮							●ひじきのサラダ(ドレッシング)							●カレー粉ふき芋							●ターメリックライス							●野菜ソテー																																		
水 20 こんぶ 0.2 (厚けずり節(かつお) 2 とり肉(皮つき) 15 片栗粉 0.3 にんじん 10 大根 20 里芋 20 酒 0.3 砂糖 1 みりん 1 しょうゆ 3.5 油ふ 2.5							●ひじきのサラダ(ドレッシング)							●カレー粉ふき芋							●ターメリックライス							●野菜ソテー																																		
エネルギー 703kcal たんぱく質 27.9g							エネルギー 729kcal たんぱく質 26.9g							エネルギー 666kcal たんぱく質 28.1g							エネルギー 660kcal たんぱく質 28.2g																																									