

●川崎・中原区



	25 (火)		ごはん さばのカレーあげ しおだれキャベツ みそしる ぎゅうにゅう		26 (水)		トマトにくどん (むぎごはん) はるさめスープ ギゅうにゅう		27 (木)		しよくパン ももジャム ミートポテトのチーズやき コーンソテー ギゅうにゅう		28 (金)		ごはん ふりかけ にくじゃが すいもの ギゅうにゅう										
	【献立のねらい】 ◎保存食について知る										トマトについて知る														
	●ごはん 精白米 80				キャベツ 40 粗塩 0.25 白いりごま 1		●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10				トマト 20 片栗粉 1.5 水		●食パン 食パン(減塩) 40				(油) 1.5 小麦粉 1.5 じゃが芋 70 ゆで塩 0.01		●ごはん 精白米 80				じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.5 しょうゆ 4.5 (むぎえだ豆(冷) 3 ゆで塩		
	●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				●みそ汁 ごんぶ 120 ごんぶ 0.5 厚けずり節(かつお) 5 かんぴょう 3 じゃが芋 30 えのきたけ 5 赤みそ 4.3 白みそ 3.6 小松菜 5 ゆで塩		●トマト肉丼 水 1 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 しょうが 0.8 にんにく 0.3 たまねぎ 0.7 しょうゆ 0.5 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 45 酒 5 砂糖 0.8 しょうゆ 2.2 しょうゆ 7				●春雨スープ 水 120 厚けずり節(かつお) 3 どり肉(皮なし) 20 にんじん 10 たまねぎ 10 粗塩 0.7 ごしょう 0.02 しょうゆ 1 春雨 6 片栗粉 0.5 水 5 ほうれん草(冷) 5		●ももジャム ももジャム 15				●コーンソテー 油 0.5 ベーコン 2 キャベツ 20 ホールコーン(冷) 40 粗塩 0.3 ごしょう 0.01		●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 粗塩 0.06 しょうゆ 0.2				●吸い物 水 120 ごんぶ 0.5 (厚けずり節(かつお) 5 どり肉(皮なし) 10 たまねぎ 10 豆腐 20 粗塩 0.5 しょうゆ 1.5 小松菜 5 ゆで塩		
●塩だれキャベツ ごま油 0.3		エネルギー 714 kcal たんぱく質 23.4 g		●塩だれキャベツ ごま油 0.3		エネルギー 648 kcal たんぱく質 29.8 g		●塩だれキャベツ ごま油 0.3		エネルギー 616 kcal たんぱく質 27.0 g		●塩だれキャベツ ごま油 0.3		エネルギー 594 kcal たんぱく質 24.4 g											

31 (月)	むぎごはん ポークカレー きゅうりのちゅうかつけ ぎゅうにゅう		1 (火)	ごはん かつおのつけあげ きりぼしだいごんのベーコンに みそしる ギゅうにゅう		2 (水)	ハンバーガーわふうソース (はいがサンドパン・ハンバーグわふうソース) ポタージュ フルーツポンチ ギゅうにゅう		3 (木)	ビビンバ (ごはん) トック ギゅうにゅう		4 (金)	1/2はちみつしよくパン カレークリームスバゲッティ ベジタブルスープ ギゅうにゅう													
	カレールウについて知る			かつおについて知る			野菜入りゼリーについて知る			トックについて知る			季節の食品のズッキーニについて知る													
	●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15			●きゅうりの中華つけ きゅうり 35 砂糖 1.8 しょうゆ 0.5 白いりごま 3.4 ごま油 1 ラー油 0.4 0.02			●ごはん 精白米 80			●かとおのつけ揚げ 揚げ油 適量 (かつお(角) 50 しょうが 0.3 酒 1 粗塩 0.1 ごしょう 0.03 片栗粉 7.5 水 4.5 砂糖 1.3 しょうゆ 2 みりん 1.3 白いりごま 0.8			●みそ汁 ごんぶ 120 厚けずり節(かつお) 5 たまねぎ 20 じゃが芋 25 赤みそ 4.3 白みそ 3.6 生わかめ 3		●ハンバーグ和風ソース 油 適量 ハンバーグ(減塩) 70 油 0.3 たまねぎ 10 水 4.5 砂糖 1.6 しょうゆ 2.4 みりん 1.6 片栗粉 0.3		●フルーツポンチ ミックスフルーツ 70 野菜入りゼリー 40		●ごはん 精白米 75		●ビビンバ(肉) 油 0.5 にんにく 0.16 (豚肉(もも) 22.5 豚肉(肩) 22.5 酒 1 しょうゆ 0.8 たけのこ(水煮) 1.5 砂糖 1.9 しょうゆ 2.5 片栗粉 0.5		●1/2はちみつ食パン 1/2はちみつ食パン(減塩) 25		小麦粉 2 調理用牛乳 36 スバゲッティ 27 ゆで塩	
	●ポークカレー 油 0.5 にんにく 0.3 しょうが 0.15 豚肉(角) 50 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 水 80 たまねぎ 60 粗塩 30 ウスターソース 1.1 じゃが芋 50 カレー粉 0.8 油 4.5			●かとおのつけ揚げ 揚げ油 適量 (かつお(角) 50 しょうが 0.3 酒 1 粗塩 0.1 ごしょう 0.03 片栗粉 7.5 水 4.5 砂糖 1.3 しょうゆ 2 みりん 1.3 白いりごま 0.8			●みそ汁 ごんぶ 120 厚けずり節(かつお) 5 たまねぎ 20 じゃが芋 25 赤みそ 4.3 白みそ 3.6 生わかめ 3			●ハンバーグ和風ソース 油 適量 ハンバーグ(減塩) 70 油 0.3 たまねぎ 10 水 4.5 砂糖 1.6 しょうゆ 2.4 みりん 1.6 片栗粉 0.3			●フルーツポンチ ミックスフルーツ 70 野菜入りゼリー 40		●ビビンバ(肉) 油 0.5 にんにく 0.16 (豚肉(もも) 22.5 豚肉(肩) 22.5 酒 1 しょうゆ 0.8 たけのこ(水煮) 1.5 砂糖 1.9 しょうゆ 2.5 片栗粉 0.5		●1/2はちみつ食パン 1/2はちみつ食パン(減塩) 25		小麦粉 2 調理用牛乳 36 スバゲッティ 27 ゆで塩							
●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10		●ベジタブルスープ 油 0.8 にんにく 0.15 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 35 にんじん 20 マッシュルーム(冷) 10 水 40 粗塩 0.7 しょうゆ 0.02 ごま油 1 ラー油 0.3 水 10 長ねぎ 25 切り干し大根 25 もやし 20 にんじん 10										

エネルギー 691 kcal たんぱく質 25.4 g		エネルギー 647 kcal たんぱく質 27.8 g		エネルギー 724 kcal たんぱく質 28.8 g		エネルギー 665 kcal たんぱく質 29.8 g		エネルギー 591 kcal たんぱく質 27.3 g															
7 (月)		ごはん ジャーチャン豆腐 とうがんスープ ギゅうにゅう		8 (火)		くろしよくパン かぼちゃのグラタン ポイルやさい わふうかつおドレッシング ギゅうにゅう		9 (水)		ごはん やきのり ぶたのかくにうめふうみ みそしる ギゅうにゅう		10 (木)		ハヤシライス (むぎごはん) キャベツのツナあえ ギゅうにゅう		11 (金)		フィッシュサンド(サンドパン・ホキフライ) コンソメスープ なし ギゅうにゅう					
新献立のジャーチャン豆腐について知る				季節の食品のかぼちゃについて知る				季節の食品のとうがんについて知る				麦ごはんについて知る				季節の食品の梨について知る							
●ごはん 精白米 80		オイスターソース 0.2 しょうゆ 2.8 (片栗粉 1.4 水 5 ピーマン 5 ゆで塩 0.2 ごま油 0.5		●黒食パン 黒食パン 40		●かぼちゃのグラタン 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 30 にんじん 10 粗塩 40 ごしょう 0.03 チーズ 6 (油 3.5 小麦粉 3.5 牛乳 51.5 粗塩 0.1 (マカロニ 10 ゆで塩 3.5 粉チーズ 3.5		●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 10 もやし 15 キャベツ 15 むぎえだ豆(冷) 10 ゆで塩		●ごはん 精白米 80		●焼きのり 焼きのり 1.25		●みそ汁 水 120 ごんぶ 0.5 厚けずり節(かつお) 5 たまねぎ 20 じゃが芋 25 えのきたけ 5 赤みそ 4 白みそ 3.6 わけぎ 3		●ハヤシライス 油 0.5 にんにく 0.5 豚肉(もも) 25 豚肉(肩) 25 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 赤ワイン 3 たまねぎ 60 にんじん 20 水 80 粗塩 0.5 じゃが芋 30 マッシュルーム(冷) 3 トマトケチャップ 12		●サンドパン サンドパン(減塩) 50		こしょう 0.02 スープの素 1 うずら卵(水煮) 25			
●ジャーチャン豆腐 油 0.4 にんにく 0.2 しょうが 0.2 豆板醬 0.1 (豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.5 しょうゆ 0.8 にんじん 5 キャベツ 20 水 22 生揚げ(冷) 50 砂糖 1.3 酒 0.5 中華スープの素 0.5 赤みそ 1.2		●とうがんスープ 水 120 とり肉(皮なし) 15 にんじん 10 ごしょう 30 中華スープの素 1.5 粗塩 0.8 ごしょう 0.01 しょうゆ 0.3 (片栗粉 1 チンゲン菜 5												●キャベツのツナあえ 砂糖 1 しょうゆ 2.2 ごま油 0.4 まぐろ(缶) 10 キャベツ 30 (にんじん 5 ゆで塩 10 水 120 キャベツ 30 粗塩 0.5		●梨 こしょう 0.02 梨(水煮) 25 砂糖 1 粗塩 0.5		●ホキフライ 揚げ油 適量 ホキフライ 70		●中濃ソース 中濃ソース 5		●コンソメスープ 油 0.5 ベーコン 1 とり肉(皮なし) 10 にんじん 10 たまねぎ 10 水 120 キャベツ 30 粗塩 0.5	
エネルギー 595 kcal たんぱく質 24.2 g		エネルギー 604 kcal たんぱく質 25.7 g		エネルギー 627 kcal たんぱく質 23.2 g		エネルギー 727 kcal たんぱく質 27.1 g		エネルギー 678 kcal たんぱく質 27.7 g															

●ごはん 精白米 80		●野菜スープ 油 適量 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 粗塩 0.2 ごしょう 0.04 片栗粉 10.5 水 8 砂糖 2.2 しょうゆ 3.6 酢 1.8 長ねぎ 5 にんにく 0.1 しょうが 0.1 片栗粉 0.3 水		●ロールパン ロールパン(減塩) 40		●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		●みそワントンスープ 水 150 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 にんにく 10 もやし 10 キャベツ 10 ホールコーン(冷) 10		粗塩 0.1 ごしょう 0.02 中華スープの素 1.5 (赤みそ 8 にんにく 0.16 ワンタンの皮 8 チンゲン菜 10		●凍みかん 凍みかん 80		●中巻ごはん 精白米 70 米粒麦 10		●キムたく丼 油 0.5 豚肉(もも) 20 豚肉(肩) 20 (にんじん 5 ゆで塩 20 キャベツ 20 ゆで塩 15 白菜刻みキムチ(冷) 15 たくあんづけ 15 長ねぎ 1 しょうゆ 10 ごま油 0.3		●中華スープ 水 150 とり肉(皮なし) 20 たけのこ(水煮) 10 にんじん 10 たまねぎ 20 粗塩 0.7 ごしょう 0.02 中華スープの素 1.5 しょうゆ 2 片栗粉 1 水 5 チンゲン菜		●サンドパン サンドパン(減塩) 50		●ツナサンド 油 0.6 たまねぎ 24 にんじん 12 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 まぐろ(缶) 30 トマトケチャップ 7.2 砂糖 0.1 ウスターソース 0.9 チリパウダー 0.01 (油 0.6 小麦粉 0.6		じゃが芋 80 塩 0.2		●かぼちゃのスープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10 粗塩 0.9 ごしょう 0.01 水 60 スープの素 0.5 パンパキンベアスト(冷) 50 油 2 小麦粉 2 牛乳 41.2 生クリーム 3		●じゃが芋のから揚げ 揚げ油 適量		●大豆ミートのドライカレー 油 1 砂糖 2 酢 3 粗塩 0.3		●大豆ミートのドライカレー 油 1 砂糖 2 酢 3 粗塩 0.3		SDGs DAY	
エネルギー 595 kcal たんぱく質 24.2 g		エネルギー 604 kcal たんぱく質 25.7 g		エネルギー 627 kcal たんぱく質 23.2 g		エネルギー 727 kcal たんぱく質 27.1 g		エネルギー 678 kcal たんぱく質 27.7 g																											

8・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。		学校給食レシピと レシピ動画を公開中！		学校給食の献立をLINEで配信！		24 (木)		25 (金)	
○牛乳 ○かぼちゃ ○とうがん		毎月レシピを更新 しています。		川崎市LINE公式アカウントで市立学校給食 献立の配信を開始しました。設定から配信を希 望する学校のブロックを選択すると、毎週金 曜日の15時に、翌週の給食献立のお知らせを 受け取ることができます。 ※配信内容に学校ごとの給食休止日は反映さ れません。		お月見の行事食について知る		とり肉のレモンマリネについて知る	
●ごはん 精白米 80		●野菜スープ 油 適量 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 粗塩 0.2 ごしょう 0.04 片栗粉 10.5 水 8 砂糖 2.2 しょうゆ 3.6 酢 1.8 長ねぎ 5 にんにく 0.1 しょうが 0.1 片栗粉 0.3 水		●中巻ごはん 精白米 70 米粒麦 10		●サンドパン サンドパン(減塩) 50		●ごはん 精白米 70	
●ジャーチャン豆腐 油 0.4 にんにく 0.2 しょうが 0.2 豆板醬 0.1 (豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.5 しょうゆ 0.8 にんじん 5 キャベツ 20 水 22 生揚げ(冷) 50 砂糖 1.3 酒 0.5 中華スープの素 0.5 赤みそ 1.2		●とうがんスープ 水 120 とり肉(皮なし) 15 にんじん 10 ごしょう 30 中華スープの素 1.5 粗塩 0.8 ごしょう 0.01 しょうゆ 0.3 (片栗粉 1 チンゲン菜 5		●キムたく丼 水 0.5 豚肉(もも) 20 豚肉(肩) 20 (にんじん 5 ゆで塩 20 キャベツ 20 ゆで塩 15 白菜刻みキムチ(冷) 15 たくあんづけ 15 豚肉(肩) 10 長ねぎ 1 しょうゆ 0.3 ごま油 0.3		●ツナサンド 油 0.6 たまねぎ 24 にんじん 12 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 まぐろ(缶) 30 トマトケチャップ 7.2 砂糖 0.1 ウスターソース 0.9 チリパウダー 0.01 (油 0.6 小麦粉 0.6		●大豆ミートのドライカレー 油 適量 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 粗塩 0.2 ごしょう 0.04 片栗粉 10.5 水 8 砂糖 2.2 しょうゆ 3.6 酢 1.8 長ねぎ 5 にんにく 0.1 しょうが 0.1 片栗粉 0.3 水	
エネルギー 676 kcal たんぱく質 31.2 g		エネルギー 626 kcal たんぱく質 30.5 g		エネルギー 578 kcal たんぱく質 25.8 g		エネルギー 732 kcal たんぱく質 27.6 g		エネルギー 608 kcal たんぱく質 23.8 g	

28 (月) しろパン いちごジャム ポークビーンズ キャベツのスープに ギゅうにゅう				29 (火) ごはん ちくわのいそべあげ もやしいため けんちんじる ギゅうにゅう				30 (水) マーボーどん (むぎごはん) はるさめのちゅうかスープ しょうなんゴールドゼリー ギゅうにゅう				給食でのアレルギー情報について				令和8年8・9月 (2026年8・9月)			
ジャムについて知る				ちくわについて知る				◎神奈川県でとれる果物について知る				※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。				令和8年8・9月 (2026年8・9月)			
●白パン 白パン(減塩) 40 砂糖 0.5 トマケチャップ 10 トマトビュレ 10				●ごはん しょうゆ 0.5 精白米 80				●麦ごはん 70 精白米 10 米粒麦 10				●春雨の中華スープ 0.5 油 15 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 10 にんじん 10 水 120 キャベツ 15 粗塩 0.7 ごしょう 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							
●いちごジャム いちごジャム 15 油 1 小麦粉 1				●ちくわの磯辺揚げ 油 0.5 揚げ油 適量 (焼きちくわ(減塩) 33.3 小麦粉 3.3 あおさ 0.3 水 120 厚けずり節(かつお) 3 じゃが芋 0.4 粗塩 30 豆腐 25 しょうゆ 2.5 長ねぎ 5				●マーボー丼 油 0.4 にんにく 0.2 しょうが 0.2 豆板醤 0.16 豚ひき肉(もも) 30 砂糖 1 しょうゆ 3.6 トマケチャップ 5.3 水 15 赤みそ 4.7 豆腐(冷) 72 長ねぎ 15 片栗粉 1.1 水 0.1 ラー油 0.1				※特定原材料のうち、えび、かに、落花生、そ ば、くるみ、カシューナッツは使用しま せん。また、キウイフルーツ、その他の木の 実類(カカオ・栗・杏仁を除く)は使用し ません。							
●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 2 たまねぎ 25 にんじん 15 粗塩 0.7 ごしょう 0.05 じゃが芋 40 水 80 大豆 17				●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 粗塩 0.2 ごしょう 0.01				●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 粗塩 0.2 ごしょう 0.01				【給食目標】 給食でSDGsを考えよう							
エネルギー 630 kcal たんぱく質 26.7 g				エネルギー 625 kcal たんぱく質 23.7 g				エネルギー 641 kcal たんぱく質 26.9 g				【今月のねらい◎】 SDGsについて知り、給食を通じて 取り組めることを考える							
												※ 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。							