

令和7年11月 (2025年11月) 献立表 (幸・多摩・麻生区) 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。															
学校給食費の口座振替日(納期限) ・第6期 令和7年12月1日(月)(11月分) ・第7期 令和8年1月5日(月)(12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。 		4 (火)		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 ぎゅうにゅう		5 (水)		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 ぎゅうにゅう		6 (木)		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 ぎゅうにゅう		7 (金)		ロールパン ぶたにくのトマトに ベジタブルスープ ぎゅうにゅう					
		【献立のねらい】ホキについて知る				ベーコンについて知る				めった汁について知る				デミグラスソースについて知る							
		●サンドパン(減塩) 40		●コンソメスープ		●ターメリックライス		●野菜ソテー		●ごはん		●めった汁		●ロールパン(減塩) 40		●ベジタブルスープ					
		●ホキフライ		油		精白米		油		精白米		油		●豚肉のトマト煮		油					
		揚げ油 適量		ベーコン		ターメリック		(にんじん)		80		豚肉(もも)		0.5		ベーコン					
		ホキフライ 70		とり肉(皮なし)		0.05		ゆで塩		2		豚肉(肩)		12.5		20					
				にんじん		10		ゆで塩		10		ごぼう		5		たまねぎ					
				たまねぎ		10		ゆで塩		20		にんじん		10		にんじん					
				水		120		ゆで塩		20		水		120		水					
				キャベツ		30		ゆで塩		20		大根		20		粗塩					
				粗塩		0.5		ゆで塩		0.2		さつま芋		20		こしょう					
				こしょう		0.02		ゆで塩		0.01		油揚げ(冷)		5		粗塩					
				スープの素		1		ゆで塩				赤みそ		5.7		こしょう					
				うずら卵(水煮)		25		ゆで塩				白みそ		3		粗塩					
								こしょう				能登白ねぎ		10		じゃが芋					
								水				(ぼうれん草)		5		30					
								えのきたけ				ゆで塩				片栗粉					
								しめじ								0.5					
								チーズ								水					
								(油)								さいいんげん(冷)					
								小麦粉								5					
								牛乳													
								55.7													
		エネルギー 666kcal		たんぱく質 28.1g		エネルギー 713kcal		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					
10 (月)		ごはん なまあげのしせんに* はるさめのちゅうかスープ ぎゅうにゅう		11 (火)		ならちゃめし(じつこくまいごはん)* ごましお とりにくとさつまいものあまからに みそしる ぎゅうにゅう		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* ぎゅうにゅう		13 (木)		ごはん やきのり さつまあげとふゆやさいのにもも ややしいため みかん ぎゅうにゅう		14 (金)		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 ぎゅうにゅう			
		チンゲン菜について知る				川崎の郷土料理のなら茶めしについて知る				キャベツについて知る				新米について知る				新献立の豆乳中華スープについて知る			
		●ごはん		●春雨の中華スープ		●なら茶めし		●白パン		●キャベツのスープ煮		●ごはん		●もやし炒め		●ごはん		●豆乳中華スープ			
		精白米 80		油		精白米 60		揚げ油 適量		油		精白米 80		油		精白米 80		豚肉(もも)			
		●生揚げの四川煮		とり肉(皮なし)		揚げ油 適量		●いちごジャム		ベーコン		●焼きのり		たまねぎ		●大根葉のふりかけ		豚肉(肩)			
		油 0.5		たまねぎ 20		いり大豆 4		5		4		1.25		10		ごま油 0.3		10			
		にんにく 0.2		10		しょうゆ 2.3		●らザニア		キャベツ		●さつま揚げと冬野菜の煮物		5		(大根葉(冷))		10			
		豆板醤 0.1		120		{ とり肉(皮つき) 0.8		油 0.5		にんじん		0.5		40		ゆで塩		粗塩			
		豚ひき肉(もも) 30		0.7		しょうゆ 0.8		2.4		0.36		15		0.2		粗塩		0.2			
		砂糖 1.6		0.02		片栗粉 6.3		0.01		42		15		0.01		粗塩		0.2			
		しょうゆ 3		1		●みそ汁		0.6		48		酒 適量		0.5		しょうゆ		0.4			
		トマトケチャップ 10		1.5		{ 白いりごま 2		0.03		18		(水		80		しょうゆ		0.02			
		水 10		0.5		こんぶ 0.5		18		粗塩		1		1		白いりごま		1.5			
		春雨 10		0.5		厚けずり節(かつお) 5		0.03		粗塩		1		1		中華スープの素		1.5			
		赤みそ 2.7		0.5		たまねぎ 15		0.03		粗塩		1		1		白みそ		8			
		生揚げ(冷) 65		0.5		白菜 30		0.03		粗塩		1		1		小松菜		5			
		長ねぎ 15		0.5		えのきたけ 3		0.03		粗塩		1		1		ゆで塩		5			
		片栗粉 1.5		0.5		赤みそ 4.3		0.03		粗塩		1		1		ごま油		0.5			
		水		0.5		白みそ 3.6		0.03		粗塩		1		1							
		エネルギー 660kcal		たんぱく質 28.2g		エネルギー 611kcal		たんぱく質 22.3g		エネルギー 668kcal		たんぱく質 28.4g		エネルギー 613kcal		たんぱく質 24.3g		エネルギー 690kcal		たんぱく質 32.4g	
17 (月)		ミニはちみつロールパン タンメン まぐろだいたいずのみそがらめ* りんご ぎゅうにゅう		18 (火)		むぎごはん チキンカレー だいこんときゅうりのちゅうかつげ ぎゅうにゅう		19 (水)		きなこパン(コッペパン)* クリームシチュー* ポイルやさい わふうドレッシング ぎゅうにゅう		20 (木)		ごはん さばのしおやき じぶに みそしる ぎゅうにゅう		21 (金)		そぼろごはん(むぎごはん・だいたいずミート) しおだれキャベツ* のつべいじる ぎゅうにゅう			
		タンメンについて知る				季節の食品の大根について知る				米粉について知る				◎「和食の日」の行事食				粗塩について知る			
		●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		●きな粉パン		●ポイル野菜		●ごはん		●さばの塩焼き		●麦ごはん		●のつべい汁			
		揚げ油 適量		揚げ油 適量		精白米 70		揚げ油 適量		にんじん 10		精白米 80		油 適量		精白米 70		水 120			
		●タンメン		煮大豆 30		米粒麦 15		コッペパン 50		もやし 20		●さばの塩焼き		50		米粒麦 10		とり肉(皮なし) 10			
		油 0.5		4.5		片栗粉 適量		きな粉 3		キャベツ 5		油 適量		50		粗塩 0.3		にんじん 15			
		にんにく 0.16		30		砂糖 0.5		5		ゆで塩 0.03		●治部煮		粗塩 0.3		1		大根 30			
		豚肉(もも) 12.5		0.25		しょうゆ 0.5		粗塩 0.8		0.05		水 20		粗塩 0.3		2		里芋 25			
		豚肉(肩) 12.5		1.3		白いりごま 1		0.05		0.05		●さつま揚げと冬野菜の煮物		粗塩 0.3		3		油揚げ 5			
		たまねぎ 20		1.3		ごま油 0.5		0.05		0.05		15		粗塩 0.3		4		粗塩 0.3			
		にんじん 10		5.4		ラー油 0.02		0.05		0.05		粗塩 0.3		粗塩 0.3		5		しょうゆ 3			
		水 150		5				0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		6		長ねぎ 5			
		粗塩 1.3		2.7				0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		7		水 1.5			
		こしょう 0.05		1.8				0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		8					
		中華スープの素 1		0.9				0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		9					
		しょうゆ 1						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		10					
		ホールコーン(冷) 10		26.6				0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		11					
		もやし 10						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		12					
		キャベツ 20						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		13					
		中華めん(冷) 40						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		14					
		にら 3						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		15					
		ラー油 0.05						0.5		0.5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		16					
		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 649kcal		たんぱく質 25.8g		エネルギー 703kcal		たんぱく質 27.9g		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。 【めった汁実施日】 川崎・中原区 18日(火) 幸・多摩・麻生区 6日(木) 高津・宮前区 14日(金)		25 (火)		ハヤシライス(むぎごはん) ひじきのサラダ* ぎゅうにゅう		26 (水)		ごもくごはん(ごはん) ちくわのいそべあげ みそしる ぎゅうにゅう		27 (木)		ぶどうパン ポテトグラタン キャベツのソテー ぎゅうにゅう		28 (金)		ごはん ふりかけ* にかくじゃが かきたまじる ぎゅうにゅう					
		ひじきについて知る				◎五目ごはんについて知る				ぶどうパンについて知る				◎和食について知る							
		●麦ごはん		しょうゆ 1.5		●ごは		●みそ汁		●ぶどうパン		●キャベツのソテー		●ごはん		砂糖 1.5					
		精白米 70		0.1		精白米 70		水 120		40		油 0.3		精白米 80		しょうゆ 4.5					
		米粒麦 15		4.5		五目ごはん		こんぶ 0.5		0.5		油 0.3		白米 1		むきえだ豆(冷) 3					
				小麦粉 4.5		油		厚けずり節(かつお) 5		2		ベーコン 2		にんじん 7		ゆで塩					
				生クリーム 3		とり肉(皮なし)		かんぴょう 3		3		豚肉(皮なし)		ゆで塩 50		白いりごま 1.2					
						酒 20		たまねぎ 15		5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		しらす干し(ちりめん) 1					
						ごぼう 5		赤みそ 4.3		10		粗塩 0.3		粗塩 0.3		あおさ 0.2					
						つきこんにやく 15		白みそ 3.6		15		粗塩 0.3		粗塩 0.3		粗塩 0.6					
						油揚げ 10		小松菜 5		10		粗塩 0.3		粗塩 0.3		しょうゆ 2					
						砂糖 適量		ゆで塩 適量		10		粗塩 0.3		粗塩 0.3		なと 10					
						しょうゆ 2.5		粗塩 適量		10		粗塩 0.3		粗塩 0.3		片栗粉 0.5					
						しょうゆ 5		粗塩 適量		10		粗塩 0.3		粗塩 0.3		水 0.5					
						●ちくわの磯辺揚げ		焼きたま(減塩)		5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		卵 20					
						{ 揚げ油 適量		33.3		5		粗塩 0.3		粗塩 0.3		長ねぎ 10					
						{ 小麦粉 3.3		あおさ 0.3		5		粗塩 0.3		粗塩 0.3							
						{ 水 0.3				5		粗塩 0.3		粗塩 0.3							
		エネルギー 729kcal		たんぱく質 26.9g		エネルギー 606kcal		たんぱく質 24.3g		エネルギー 630kcal		たんぱく質 26.4g		エネルギー 607kcal		たんぱく質 24.1g					