

	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) しょくパン 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			27 (木) むぎごはん ポークカレー きゅうりのちゅうかつづけ ぎゅうにゅう			28 (金) キムたくどん (むぎごはん) ちゅうかスープ ギゅうにゅう		
	【献立のねらい】◎保存食について知る			季節の食品のなすについて知る			カレールウについて知る			キムたく丼について知る		
	●ごはん 精白米 80 ●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 ●塩だれキャベツ ごま油 0.3			●食パン 食パン(減塩) 40 ●ももジャム ももジャム 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 40 にんじん 15 粗塩 0.3 ごしょう 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			●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15 ●きゅうりの中華づけ きゅうり 35 酢 1.8 砂糖 0.5 しょうゆ 3.4 白いりごま 1 ごま油 0.4 ラー油 0.02 ●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 にんじん 30 粗塩 1.1 ウスターソース 3 じゃが芋 50 カレー粉 0.8 油 4.5			●麦ごはん 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 10 しょうゆ 1 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 5		
エネルギー 714 kcal たんぱく質 23.4 g			エネルギー 616 kcal たんぱく質 27.0 g			エネルギー 691 kcal たんぱく質 25.4 g			エネルギー 578 kcal たんぱく質 25.8 g			
31 (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	ジャムについて知る			◎揚げ油のリサイクルについて知る			季節の食品のとうがんについて知る			野菜入りゼリーについて知る		
●白パン 白パン(減塩) 40 ●いちごジャム いちごジャム 15 ●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	●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 ●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			●ごはん 精白米 80 ●ユースリンチー 揚げ油 適量 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 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			●胚芽サンドパン 胚芽サンドパン(減塩) 40 ●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 ●ポターージュ 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 30					
エネルギー 630 kcal たんぱく質 26.7 g			エネルギー 676 kcal たんぱく質 31.2 g			エネルギー 627 kcal たんぱく質 23.2 g			エネルギー 724 kcal たんぱく質 28.8 g			
7 (月) くろしょくパン 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 ぎゅうにゅう	季節の食品のかぼちゃについて知る			トマトについて知る			季節の食品の梨について知る			新献立のジャーチャン豆腐について知る		
●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 かぼちゃ 40 粗塩 0.5 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 10 粉チーズ 3.5	●ボイル野菜 ホールコーン(冷) 10 もやし 15 キャベツ 15 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 ●和風かつおドレッシング 水 1.35 酢 2.7 しょうゆ 3.6 砂糖 1.35 ごま油 0.45 けずり節(かつお) 0.2 片栗粉 0.1 水			●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10 ●トマト肉丼 油 1 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 しょうが 0.8 にんにく 0.3 しょうゆ 0.7 酒 0.5 ごしょう 0.02 油 10 にんじん 1 たまねぎ 45 酒 0.8 砂糖 2.2 しょうゆ 7			●サンドパン サンドパン(減塩) 50 ●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 604 kcal たんぱく質 25.7 g			エネルギー 648 kcal たんぱく質 29.8 g			エネルギー 678 kcal たんぱく質 27.7 g			エネルギー 595 kcal たんぱく質 24.2 g			
14 (月) 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 ぎゅうにゅう	◎神奈川県でとれる果物について知る			季節の食品のえだ豆について知る			とり肉のレモンマリネについて知る			新献立のジャーチャン豆腐について知る		
●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 10 ●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 トマトケチャップ 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	●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 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 水 チンゲン菜 5 ごま油 0.5 ●湘南ゴールドゼリー 湘南ゴールドゼリー 40			●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 粗塩 0.06 しょうゆ 0.2 ●肉じゃが 油 0.8 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つぎこんにやく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 適量			●胚芽ロールパン 胚芽ロールパン(減塩) 40 ●とり肉のレモンマリネ 揚げ油 適量 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 しょうゆ 1 酒 2 片栗粉 10.5 水 1.2 しょうゆ 4.2 砂糖 4.2 レモン果汁(冷) 3.5 ●ミネストローネ 油 0.5 にんにく 0.2 ベーコン 4					
エネルギー 641 kcal たんぱく質 26.9 g			エネルギー 594 kcal たんぱく質 24.4 g			エネルギー 638 kcal たんぱく質 30.5 g			エネルギー 595 kcal たんぱく質 24.2 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。 ○牛乳 ○かぼちゃ ○とうがん			学校給食レシピと レシピ動画を公開中！ 毎月レシピを更新しています。  ※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.acnet.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。			学校給食の献立をLINEで配信！ 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。 			1/2はちみつ食パン 1/2はちみつ食パン(減塩)25 ●カレークリームスパゲッティ 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 ジャガイモ 4 ウスターソース 2.5 カレー粉 0.4 油 2			
エネルギー 641 kcal たんぱく質 26.9 g			エネルギー 594 kcal たんぱく質 24.4 g			エネルギー 638 kcal たんぱく質 30.5 g			エネルギー 665 kcal たんぱく質 29.8 g			
28 (月) 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	麦ごはんについて知る			冷凍みかんについて知る			かつおについて知る			給食でのアレルギー情報について		
●麦ごはん 精白米 70 米粒麦 15 ●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 粗塩 0.5 じゃが芋 80 マッシュルーム(冷) 30 トマトケチャップ 12	●デミグラスソース ウスターソース 3.5 しょうゆ 1.5 砂糖 0.1 油 4.5 小麦粉 4.5 生クリーム 3 ●キャベツのツナあえ 油 1 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 0.5 白いりごま 0.5			●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 ●みそワタンスープ 水 150 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 にんじん 10 もやし 10 キャベツ 10 ホールコーン(冷) 10			●ごはん 精白米 80 ●かつおのつけ揚げ 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 ●切り干し大根のベーコン煮 油 0.3					
エネルギー 727 kcal たんぱく質 27.1 g			エネルギー 626 kcal たんぱく質 30.5 g			エネルギー 647 kcal たんぱく質 27.8 g			エネルギー 591 kcal たんぱく質 27.3 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。			※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.acnet.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。			※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.acnet.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。			※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。 ※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、その他の木の果類(力カオ・栗・杏仁を除く)は使用しません。 【給食目標】 給食でSDGsを考えよう 【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。			

令和8年8・9月 (2026年8・9月)		
献立表 (高津・宮前区)		
給食回数 24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人分のみです)。		

令和8年8・9月
(2026年8・9月)

献立表
(高津・宮前区)
給食回数 24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)。