

給食休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください、学校からの配布物等でご確認いただくようお願いいたします。

月	火	水	木	金
学校給食費の口座振替日(納期限) 【第1期】(4・5月分) 6月 30日(火) 【第2期】(6月分) 7月 31日(金) ※前日までにご登録口座に入金・残高のご確認をお願いいたします。		1日 市制記念日	2日 ごはん ごま塩 手羽元のしょうが煮 ポークビーンズ キャベツと コーンのスープ 牛乳(乳) 856kcal 35.9g	3日 ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう みそ汁 牛乳(乳) 836kcal 29.1g
6日 ごはん まぐろのつけ揚げ 塩だれ野菜 そうめんの すまし汁(小) 七タゼリー 牛乳(乳) 814kcal 39.5g	7日 麦ごはん シュクメルリ(乳)(小) コーンソテー 牛乳(乳) 875kcal 33.1g	8日 ごはん 銀ひらすのてり焼き ごま酢あえ 豚汁 牛乳(乳) 800kcal 36.1g	9日 ねぎ塩豚丼 (麦ごはん) わかめスープ すいか 牛乳(乳) 792kcal 36.3g	10日 ごはん とり肉の甘酢あえ ポイル野菜 ごまドレッシング ニュータンタンメン風 春雨スープ(卵) 牛乳(乳) 892kcal 39.5g
13日 ごはん ししゃものから揚げ 韓国風肉じゃが 野菜スープ 牛乳(乳) 843kcal 32.8g	14日 麦ごはん 夏野菜のカレー(小) ひじきのサラダ はっこう乳(乳) 878kcal 29.8g	15日 ガバオライス (麦ごはん) アジアンスープ ヨーグルト(乳) 牛乳(乳) 794kcal 34.9g	16日 黒食パン マカロニグラタン(乳)(小) ジュリエンスープ 牛乳(乳) 811kcal 32.4g	17日 ごはん さんまの梅かば焼き もやし炒め けんちん汁 牛乳(乳) 855kcal 31.1g

中学校給食 献立コンクール

＜メインテーマ＞
みんなで創る「健康給食」

○応募内容
 【生徒部門】
 サブテーマ：食の気づきをアイデアに
 みんなが笑顔になる給食を考えよう！
 主食・主菜・副菜・汁物がそろった！食分の献立

【保護者部門】
 サブテーマ：心も体も育つ 中学生に食べてもらいたい汁物（スープ）
 汁物（スープ）1品

○応募方法：【生徒部門】応募用紙に必要事項を記入し、中学校へ提出
 【保護者部門】①または②のいずれか
 ①応募用紙に必要事項を記入し中学校へ提出
 ②応募フォームを送信

○応募資格：市立中学校在籍の生徒・保護者
 ○応募締切：令和8年8月26日（水）

○審査基準
 【生徒部門】
 ・1食分（主食、主菜、副菜、汁物）が整った1食分であること
 ・栄養のバランスがとれていること
 ・サブテーマに沿った食の気づきを解決するアイデアのある献立であること

【保護者部門】
 ・「汁物（スープ）」1品分の料理であること
 ・サブテーマに沿った料理であること

【生徒部門・保護者部門共通】
 ・コンセプトが伝わる献立や料理テーマが記載されていること
 ・加熱を基本とした献立又は料理であること
 ・大量調理に適した献立又は料理であること


【保護者部門 応募フォーム】
<https://logoform.jp/form/FUQz/1575268>

詳しくはこのページの
 ちらしをご覧ください
<https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000151029.html>

★県内産の食材は牛乳です。
 かぼちゃ、とうがん、すいかは、県内産を指定して調達します。

★市内産の野菜
 6日 塩だれ野菜「きゅうり」
 14日 夏野菜のカレー「なす」
 （天候の影響により、県内産、市内産食材を使用できない場合があります。）
 ※枠内下部の数字は、エネルギー（kcal）とたんぱく質（g）を表示しています。

菜果ちゃんのイラストがある日は「かわさきそだち」の使用日です。



■学校給食レシピ・レシピ動画
 はこちら↓
 ご家庭で参考にして給食の献立を作ってみてください。


■献立表(詳細版)
 ■放射能検査の結果
 ■給食で使用する食材の産地
 は、こちら↓

<https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000125035.html> <https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000037906.html>

給食での食物アレルギー情報について

「卵、乳、小麦」を使用している献立に(卵)(乳)(小)を記載しています。このうち、除去できるものについては除去食対応をします。

※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。



川崎市立中学校 自校調理校

Table with 8 columns representing days of the week (2日(木) to 15日(水)). Each column contains a list of food items, their quantities, and nutritional information (Energy, Protein, Fat). It also includes specific goals and ingredients for each day's menu.

令和8年 7月分献立表(詳細版)

◎給食目標「暑さに負けない食事をしよう」

献立名の下段に献立のねらいを記載しています。◎印の献立は、給食目標に即したねらいの献立です。

川崎市立中学校 自校調理校

16日(木)		◎乳◎小		17日(金)		◎乳◎	
黒食パン マカロニグラタン ジュリエンスープ 牛乳				ごはん さんまの梅かば焼き もやし炒め けんちん汁 牛乳			
マカロニについて知る				◎梅干しの栄養を知る			
●黒食パン		こしょう	0.04	●ごはん		ごぼう	13
黒食パン	60	スープの素	1.3	精白米	105	にんじん	13
●マカロニグラタン				●さんまの梅かば焼き(2)		こんにゃく	26
油	0.5			揚げ油	2	水	156
とり肉(皮つき)	26			さんま(フィレ)	40	こんぶ	0.65
たまねぎ	32.5			片栗粉	6	厚けずり節(かつお)	6.5
にんじん	13			水	5	じゃが芋	40
粗塩	0.6			梅肉	3	粗塩	0.6
こしょう	0.04			酒	1.2	豆腐	30
チーズ	6			砂糖	2.2	しょうゆ	3.5
油	4.55			みりん	1.2	長ねぎ	13
小麦粉	4.55			しょうゆ	0.8		
牛乳	70			●もやし炒め			
脱脂粉乳	5			油	0.3		
マカロニ	26			ベーコン	3.9		
ゆで塩				たまねぎ	13		
粉チーズ	4			にんじん	6.5		
パセリ	0.5			ゆで塩			
パン粉	0.75			もやし	52		
●ジュリエンスープ				粗塩	0.4		
油	0.5			こしょう	0.02		
ベーコン	5.2			しょうゆ	0.3		
セロリ	3			さやいんげん	6.5		
にんじん	15			ゆで塩			
たまねぎ	40			●けんちん汁			
水				油	0.5		
キャベツ	52			とり肉(皮つき)	26		
粗塩	0.8						
エネルギー	811 kcal	たんぱく質	32.4 g	エネルギー	855 kcal	たんぱく質	31.1 g