

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2期】(6月分) 7月 31日(金) 【第3期】(7月分) 8月 31日(月) ※前日までに登録口座に入金・残高のご確認をしていただきますようお願いいたします。		麦ごはん 夏野菜のカレー(小) ひじきのサラダ はちおう乳(乳)  865kcal 31.3g	中華丼(卵) (麦ごはん) わかめと コーンのスープ 牛乳(乳) 27日 793kcal 31.5g	ごはん あじの香味ソース 五目豆 みそ汁 牛乳(乳) 28日 796kcal 38.5g
31日 ハヤシライス(乳)(小) (麦ごはん) キャベツのスープ煮 牛乳(乳) 881kcal 30.5g	9月1日 ごはん 揚げしゅうまい(小) スタミナ炒め 青菜ときのこのスープ 牛乳(乳) 822kcal 31.4g	2日 マーボー丼 (麦ごはん) 中華スープ 梨 牛乳(乳) 788kcal 33.7g	3日 白パン(小) ポテトグラタン(乳)(小) ジュリエンスープ 牛乳(乳) 819kcal 33.3g	4日 ごはん ししゃものから揚げ 肉じゃが 春雨スープ 牛乳(乳) 812kcal 33.3g
7日 ごはん ごま塩 かつおと 大豆のみそがらめ タンメン(小) ぶどう 牛乳(乳) 887kcal 37.8g	8日 ごはん 豆腐ハンバーグ コーンソテー ポタージュ(乳) 牛乳(乳) 851kcal 33.7g	9日 ごはん とり肉となすの 甘酢がらめ 煮びたし とうがんのすまし汁 牛乳(乳)  809kcal 34.7g	10日 ごはん さばのカレー風味 塩だれ野菜 ワンタンスープ(小) 牛乳(乳) 851kcal 32.9g	11日 ホイコーロー丼 (麦ごはん) にらたまスープ(卵) 梨 牛乳(乳) 875kcal 39.3g
14日 ごはん 銀ひらすのてり焼き ごまあえ けんちん汁 牛乳(乳) 764kcal 35.5g	15日 ごはん ごま塩 手羽元のしょうが煮 ラタトゥイユ(小) ベジタブルスープ 牛乳(乳)  823kcal 29.6g	16日 ごはん めかじきのたつた揚げ もやし炒め みそ汁 牛乳(乳) 789kcal 30.4g	17日 ビビンバ (麦ごはん) 寒天の中華スープ 牛乳(乳) 764kcal 33.1g	18日 ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース ボイル野菜 ごまドレッシング オニオンスープ 牛乳(乳) 863kcal 25.7g
★県内産の食材は牛乳です。 かぼちゃ、とうがんは、県内産を指定して調達します。 ★市内産の野菜 8月26日 夏野菜のカレー「なす」 9月9日 とり肉となすの甘酢がらめ「なす」 9月15日 ラタトゥイユ「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。			24日 チキンクリームライス(乳)(小) (ターメリックライス) ボイル野菜 和風ドレッシング 牛乳(乳) 858kcal 30.2g	25日 お月見の行事食 みそそばごはん (麦ごはん) ごま酢あえ 芋煮汁 月見団子 牛乳(乳) 804kcal 35.7g
28日 ごはん 豚肉の黒こしょう炒め 切り干し大根の ベーコン煮 みそ汁 牛乳(乳) 777kcal 31.3g	29日 ごはん ヤンニョムチキン きゅうりの中華づけ 野菜スープ 牛乳(乳) 830kcal 37.5g	30日 SDGs DAY 大豆ミートの ドライカレー(小) (麦ごはん) ピクルス ヨーグルト(乳) 牛乳(乳) 811kcal 30.3g	学校給食レシピとレシピ動画を公開中! ご家庭でレシピやレシピ動画を参考に給食の味を楽しんでください。 https://www.city.kawasaki.jp/880/page/000125035.html	

- 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

こちら↓↓

<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。



令和8年 8・9月分献立表(詳細版)

◎給食目標「給食でSDGsを考えよう」

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

8月 26日(水)				27日(木)				28日(金)				31日(月)				9月 1日(火)																							
麦ごはん 夏野菜のカレー ひじきのサラダ ドレッシング はっこう乳				中華丼(麦ごはん) わかめとコーンのスープ 牛乳				ごはん あじの香味ソース 五目豆 みそ汁 牛乳				ハヤシライス(麦ごはん) キャベツのスープ煮 牛乳				ごはん 揚げしゅうまい スタミナ炒め 青菜ときのこのスープ 牛乳																							
【献立のねらい】 夏野菜を味わう				いかの栄養について知る				◎かんぴょうについて知る				ビタミンCについて知る				◎揚げ油のリサイクルについて知る																							
●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15				●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15				●ごはん 精白米 105				●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15				●ごはん 精白米 105																							
●夏野菜のカレー 油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 32.5 とり肉(皮なし) 32.5 白ワイン 1.5 たまねぎ 90 にんじん 26 粗塩 1.4 こしょう 0.02 水 トマト 10 なす(市内産) 20 かぼちゃ 30 ズッキーニ 10 ウスターソース 3.85 しょうゆ 2.2 カレー粉 1.2 油 6.4 小麦粉 6.4				●ドレッシング キャベツ 40 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 酢 2.86 砂糖 1.17 しょうゆ 4.5 油 1.17 白いりごま 1.3				●中華丼 油 1 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 にんじん 15 ゆで塩 たけのこ(水煮) 10 たまねぎ 30 キャベツ 70 いか 20 酒 0.5 粗塩 0.85 砂糖 1.3 中華スープの素 0.3 オイスターソース 0.3 しょうゆ 1.6 なると 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 チンゲン菜 8 ゆで塩 ごま油 0.6				●あじの香味ソース あじ(切り身) 60 油 0.1 にんにく 0.4 しょうが 1 水 4 砂糖 2 みりん 0.5 しょうゆ 3.3 豆板醤 0.04 酢 0.7 ごま油 0.24 片栗粉 0.4				●ハヤシライス 油 0.5 にんにく 0.7 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 赤ワイン 4 たまねぎ 75 にんじん 25 水 4 粗塩 0.9 じゃが芋 35 トマトケチャップ 15 デミグラスソース 6.5 ウスターソース 4.6 しょうゆ 1.9 砂糖 0.1 油 6.4 小麦粉 6.4 生クリーム 4				●揚げしゅうまい(3) 揚げ油 2.4 しゅうまい 54				●スタミナ炒め 油 0.5 にんにく 0.4 しょうが 0.1 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 8 たまねぎ 20 砂糖 1.4 しょうゆ 4.2 粗塩 0.07 オイスターソース 1.4 もやし 35 にら 5 片栗粉 1.4 ごま油 0.3															
●ひじきのサラダ ひじき 1 ホールコーン(冷) 10 にんじん 6.5				●わかめとコーンのスープ ベーコン 5.2 水				●みそ汁 水 156				●キャベツのスープ煮 油 0.5 ベーコン 5.6 キャベツ 77 にんじん 7 スープの素 0.42				●青菜ときのこのスープ 水 156 とり肉(皮なし) 26 にんじん 15 しめじ 13 粗塩 0.9																							
エネルギー 865 kcal				たんぱく質 31.3 g				エネルギー 793 kcal				たんぱく質 31.5 g				エネルギー 796 kcal				たんぱく質 38.5 g				エネルギー 881 kcal				たんぱく質 30.5 g				エネルギー 822 kcal				たんぱく質 31.4 g			

2日(水)				3日(木)				4日(金)				7日(月)				8日(火)															
マーボー丼(麦ごはん) 中華スープ 梨 牛乳				白パン ポテトグラタン ジュリエンスープ 牛乳				ごはん ししゃものから揚げ 肉じゃが 春雨スープ 牛乳				ごはん ごま塩 かつおと大豆のみそがらめ タンメン ぶどう 牛乳				ごはん 豆腐ハンバーグ コーンソテー ポタージュ 牛乳															
◎豆腐について知る				白パンの作り方について知る				ししゃもの栄養について知る				◎季節の食品・ぶどうを味わう				ポタージュの由来について知る															
●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15				●白パン 白パン(減塩) 60				●ごはん 精白米 105				●ごはん 精白米 90				●ごはん 精白米 100															
●マーボー丼 油 0.5 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豆板醤 0.3 豚ひき肉(もも) 30 砂糖 1.6 しょうゆ 3.85 トマトケチャップ 13.2 水 11 赤みそ(減塩) 3.3 豆腐(冷) 85 大豆ミート(小粒) 3 長ねぎ 15 片栗粉 2 ラー油 0.2				●梨(1/4) 梨 88.4 塩水				●ししゃものから揚げ 揚げ油 2 子持ちししゃも 40 片栗粉 6				●ごま塩 黒いりごま 2 粗塩 0.1 水				●豆腐ハンバーグ 豆腐ハンバーグ 80 油 0.5 たまねぎ 30 水 5 トマト 5 トマトケチャップ 4 ウスターソース 1.5															
●中華スープ 水 とり肉(皮なし) たけのこ(水煮) にんじん たまねぎ 粗塩 こしょう 中華スープの素				●ポテトグラタン 油 ベーコン とり肉(皮なし) たまねぎ にんじん 粗塩 こしょう エリンギ チーズ 油 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 じゃが芋 粉チーズ パン粉				●肉じゃが 油 豚肉(もも) 豚肉(肩) つきこんにゃく にんじん たまねぎ 水 じゃが芋 酒 砂糖 しょうゆ むきえだ豆(冷) ゆで塩				●かつおと大豆のみそがらめ 揚げ油 蒸し大豆 片栗粉 揚げ油 かつお(角) しょうが しょうゆ 片栗粉 水 赤みそ(減塩) 砂糖 みりん				●ぶどう ぶどう															
●ジュリエンスープ 油 ベーコン セロリ にんじん たまねぎ 水 キャベツ 粗塩				●春雨スープ 水 こんぶ 厚けずり節(かつお) とり肉(皮なし) にんじん えのきたけ				●タンメン 油 にんにく 豚肉(もも) 豚肉(肩) たまねぎ にんじん 水				●コーンソテー 油 ベーコン キャベツ ホールコーン(冷) 粗塩 こしょう				●ポタージュ 油 とり肉(皮なし) たまねぎ にんじん 粗塩 こしょう じゃが芋 水 米粉															
エネルギー 788 kcal				たんぱく質 33.7 g				エネルギー 812 kcal				たんぱく質 33.3 g				エネルギー 887 kcal				たんぱく質 37.8 g				エネルギー 851 kcal				たんぱく質 33.7 g			

令和8年 8・9月分献立表(詳細版)

◎給食目標 「給食でSDGsを考えよう」

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

9日(水)		10日(木)		11日(金)		14日(月)		15日(火)							
ごはん とり肉となすの甘酢がらめ 煮びたし とうがんのすまし汁 牛乳		ごはん さばのカレー風味 塩だれ野菜 ワンタンスープ 牛乳		ホイコーロー丼(麦ごはん) にらたまスープ 梨 牛乳		ごはん 銀ひらすのてり焼き ごまあえ けんちん汁 牛乳		ごはん ごま塩 手羽元のしょうが煮 ラタトゥイユ ベジタブルスープ 牛乳							
◎さばについて知る		◎SDGsと和食について知る		◎「かわさきそだち」のなすをあじわう											
●ごはん 精白米 105		●とうがんのすまし汁 水 0.65 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 にんじん 13 とうがん 52 粗塩 0.9 しょうゆ 1.17 なす(市内産) 2.7 水 0.4 酢 1.3 しょうゆ 3.68 砂糖 2.4		●さばのカレー風味 さば(切り身) 60 水 6.3 酒 1.35 みりん 0.9 砂糖 1.17 しょうゆ 2.7 カレー粉 0.27 片栗粉 0.45		●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15 豆腐(冷) 40 片栗粉 1.3 にら 15 卵 25 ごま油 0.65		●ごはん 精白米 105 厚けずり節(かつお) 6.5 じゃが芋 40 粗塩 0.6 豆腐 30 しょうゆ 3.5 長ねぎ 13		●ごはん 精白米 105 エリンギ 4 油 1 小麦粉 1 ピーマン 2.5 ゆで塩					
●煮びたし 水 13 こんぶ 0.05 厚けずり節(かつお) 1.5 砂糖 0.7 粗塩 0.3 しょうゆ 1.5 みりん 0.9 油揚げ(冷) 6.5 にんじん 13 ゆで塩 33 もやし 19 小松菜 19 ゆで塩		●塩だれ野菜 ごま油 0.45 にんじん 5 キャベツ 45 きゅうり 20 ゆで塩 0.4 粗塩 0.4 白いりごま 1.5		●ワンタンスープ 水 12.5 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 15 にんじん 30 たまねぎ 40 もやし 0.7 粗塩 0.7		●梨(1/4) 梨 88.4 塩水		●ごまあえ もやし 25 キャベツ 35 にんじん 5 ゆで塩 1 砂糖 2.1 しょうゆ 2.5		●手羽元のしょうが煮(2) とり肉(手羽元) 66 水 0.8 酒 3 砂糖 4.5 しょうゆ 0.7		●ベジタブルスープ 油 0.5 ベーコン 5 たまねぎ 35 にんじん 15 水 0.9 粗塩 0.03 しょうゆ 1.3 じゃが芋 50 片栗粉 0.6 むきえだ豆(冷) 5			
エネルギー 809 kcal		たんぱく質 34.7 g		エネルギー 851 kcal		たんぱく質 32.9 g		エネルギー 764 kcal		たんぱく質 35.5 g		エネルギー 823 kcal		たんぱく質 29.6 g	
16日(水)		17日(木)		18日(金)		24日(木)		25日(金)							
ごはん めかじきのたつた揚げ もやし炒め みそ汁 牛乳		ピビンバ(麦ごはん) 寒天の中華スープ 牛乳		ごはん ホキフライ 中濃ソース ポイル野菜 ごまドレッシング オニオンスープ 牛乳		チキンクリームライス (ターメリックライス) ポイル野菜 和風ドレッシング 牛乳		みそそばごはん(麦ごはん) ごま酢あえ 芋煮汁 月見団子 牛乳							
◎めかじきについて知る		◎SDGsの食材(こんにやく寒天)を知る		◎ホキについて知る		◎減塩の工夫について知る		◎お月見の行事食を味わう							
●ごはん 精白米 105		●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15		●ごはん 精白米 105		●ターメリックライス 精白米 110 ターメリック 0.07		●麦ごはん 精白米 90 米粒麦 10		●芋煮汁 水 156 油 0.65 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 とり肉(皮なし) 20 ごぼう 6 にんじん 13 里芋 26 しめじ 13 みりん 1.95 粗塩 0.4 しょうゆ 5.2 豆腐(冷) 30 片栗粉 0.65 長ねぎ 13					
●めかじきのたつた揚げ 揚げ油 3 めかじき(角) 60 しょうが 0.9 しょうゆ 5.4 片栗粉 11.34		●ピビンバ(肉) 油 0.5 にんにく 0.21 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 しょうゆ 1.3 しょうゆ 0.5 たけのこ(水煮) 17 砂糖 2.6 しょうゆ 3.9 片栗粉 0.65		●ホキフライ 揚げ油 9.1 ホキフライ 70		●チキンクリームライス 油 0.5 ベーコン 1 とり肉(皮つき) 54 たまねぎ 60 にんじん 15 粗塩 1.3 こしょう 0.06 水 15 エリンギ 7.5 油 7.5 小麦粉 7.5 牛乳 85 米粉 1		●みそそばごはん 水 156 油 0.45 しょうが 0.45 豚ひき肉(もも) 45 たまねぎ 18 たけのこ(水煮) 9 砂糖 2.34 酒 1.17 みりん 1.17 しょうゆ 0.59 赤みそ(減塩) 7.2 大豆(小粒) 3.6 むきえだ豆(冷) 4.5 ゆで塩 0.01		●月見団子 月見団子 30					
●もやし炒め 油 0.3 ベーコン 3.9 たまねぎ 13 にんじん 6.5 ゆで塩 52 もやし 0.4 粗塩 0.02 こしょう 0.3		●ピビンバ(ナムル) ごま油 1 にんにく 0.16 粗塩 0.45 みりん 0.1 中華スープの素 0.2 もやし 45 にんじん 10 ゆで塩 15 ほうれん草 15 ゆで塩 1.4 白いりごま		●中濃ソース 中濃ソース 6		●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 20 もやし 35 にんじん 5 ゆで塩		●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋) 8.8		お月見の行事食					
●みそ汁 水 156 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 たまねぎ 25 油揚げ(冷) 6.5 じゃが芋 40 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4		●寒天の中華スープ 油 0.5 とり肉(皮つき) 20 たまねぎ 20 にんじん 10 水 0.8 こんにやく寒天 0.9 キャベツ 25 粗塩 0.03 しょうゆ 1.7 中華スープの素 1.3 片栗粉 0.6 チンゲン菜 10 ごま油 0.6		●ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4		●オニオンスープ 油 1 たまねぎ 80 ベーコン 8 セロリ 3 にんじん 15 水 156 スープの素 1.5 粗塩 0.9 こしょう 0.04									
エネルギー 789 kcal		たんぱく質 30.4 g		エネルギー 764 kcal		たんぱく質 33.1 g		エネルギー 863 kcal		たんぱく質 25.7 g		エネルギー 858 kcal		たんぱく質 30.2 g	

川崎市立中学校 自校調理校

28日(月)	ごはん 豚肉の黒こしょう炒め 切り干し大根のベーコン煮 みそ汁 牛乳	29日(火)	ごはん ヤンニョムチキン きゅうりの中華づけ 野菜スープ 牛乳	30日(水)	大豆ミートのドライカレー (麦ごはん) ビクルス ヨーグルト 牛乳
◎切干大根からSDGsを考える		韓国料理・ヤンニョムチキンを知る		◎SDGs DAYの献立を味わう	
●ごはん 精白米 105	みりん 1.2	●ごはん 精白米 105	豚肉(肩) にんじん 10 もやし 13 キャベツ 30 水 156	●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	酢 3.9 粗塩 0.39
●豚肉の黒こしょう炒め 油 0.9 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 粗塩 0.2 たまねぎ 30 にんじん 18 エリンギ 10 しょうゆ 2.7 オイスターソース 1.8 酒 0.9 粗びき黒こしょう 0.04 こしょう 0.02 にら 4 片栗粉 1.4 水	●みそ汁 水 156 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 たまねぎ 30 豆腐(冷) 35 えのきたけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 わかめ(冷) 7.8	●ヤンニョムチキン 揚げ油 4 とり肉(むね・皮つき) 80 酒 1.2 片栗粉 12 水 4 にんにく 0.4 しょうが 0.3 しょうゆ 3 砂糖 3 コチジャン 0.8 トマトケチャップ 4 酒 0.5 みりん 0.5	粗塩 0.9 こしょう 0.04 中華スープの素 1.5 しょうゆ 1.3 えのきたけ 6 片栗粉 1.3 にら 4 ごま油 0.65	●大豆ミートのドライカレー 油 0.9 にんにく 0.3 しょうが 0.2 豚ひき肉(もも) 32 赤ワイン 2.6 たまねぎ 65 にんじん 33 トマト水煮(缶) 10 ホールコーン(冷) 20 砂糖 0.5 粗塩 1.1 ウスターソース 3.5 しょうゆ 2.5 カレー粉 1 大豆ミート(小粒) 11 油 2 小麦粉 2 ピーマン 5 ゆで塩 0.01	●ヨーグルト ヨーグルト 70
●切り干し大根のベーコン煮 油 0.5 ベーコン 4.8 切り干し大根 8.4 にんじん 7.2 水 こんぶ 0.05 厚けずり節(かつお) 1.5 砂糖 0.6 しょうゆ 3		●きゅうりの中華づけ きゅうり 45.5 酢 2.6 砂糖 0.78 しょうゆ 4.94 白いりごま 1.3 ごま油 0.65 ラー油 0.03		●ビクルス にんじん 15 ゆで塩 きゅうり 45 砂糖 2.6	
エネルギー 777 kcal	たんぱく質 31.3 g	エネルギー 830 kcal	たんぱく質 37.5 g	エネルギー 811 kcal	たんぱく質 30.3 g