

令和8年2月 献立表 川崎市立東橋・犬藏・中野島・はるひ野中学校

川崎市教育委員会事務局

給食休止日が学校ごとに異なりますのでご注意いただき、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。

学校給食レシピ動画を新たに公開します！

*がついた料理のほか、学校給食で提供しているレシピとレシピ動画を公開中です。新たに、カレーシチュー、マーボー丼、めった汁のレシピ動画を2月中旬に公開します。こちらからご覧ください。

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



3日 かながわ産品学校給食デー

県内産の食材の活用を通して、県内の農林水産物への理解を深めるとともに、食べ物の成り立ちを理解し、大切にする心を育てるに繋げ、食育の推進を図ることを目的として実施する献立です。この日の県内産食材は、米、じゃが芋、にんじん、大根、牛乳の予定です。

月	火	水	木	金	
2日	節分の行事食 手巻きごはん (ごはん・ツナ・ たくあんときゅうりの 炒め物 小・ 焼きのり) 沢煮椀 ぽんかん 牛乳 乳 769kcal 27.7g	かながわ産品学校給食デー ごはん さんまのかば焼き じゃが芋の和風あえ 具だくさん! ちゃんこなべ風スープ* 牛乳 乳  853kcal 30.6g	ピラフ (ごはん) 手羽元のしょうが煮* ボトフ 牛乳 乳 795kcal 31.8g	ごはん すき焼き煮 ごま酢あえ お事汁 牛乳 乳 844kcal 38.5g	きな粉パン* (胚芽コッペパン 小) クリームシチュー* 乳 ポイル野菜 和風ドレッシング 牛乳 乳 795kcal 32.5g
9日	ごはん 蒸ししゅうまい 小 スタミナ炒め 春雨の中華スープ 牛乳 乳 841kcal 31.2g	ごはん さばの塩焼き 彩り野菜とじゃこの甘辛そぼろ炒め 保護者部門最優秀賞 けんちん汁* 牛乳 乳  890kcal 37.2g	献立コンクール 保護者部門最優秀賞 玉川中学校 保護者の岡田 未歩さんが考案した副菜を提供します。 〈テーマ〉 甘みと食感が決め手! 川崎野菜のそぼろ炒めでごはん完食大作戦! 〈副菜〉 彩り野菜とじゃこの甘辛そぼろ炒め	ごはん 赤しそぶりかけ とり肉の香り揚げ ワンタンスープ 小 りんご 牛乳 乳 860kcal 34.3g	ごはん ハンバーグ オニオンソース 小 ポイル野菜 ごまドレッシング ミネストローネ* 乳 小 牛乳 乳 900kcal 35.2g
16日	カレーそぼろごはん (麦ごはん) もやし炒め アジアンスープ ヨーグルト 乳 牛乳 乳 820kcal 35.4g	ごはん かつおのたつた揚げ 三色ナムル 豆腐チゲ 牛乳 乳 852kcal 41.4g	中華丼 卵 (ごはん) わかめとコーンのスープ テコポン 牛乳 乳 818kcal 33.4g	ハヤシライス 乳 小 (麦ごはん) 白菜としめじのスープ煮 はっこう乳 乳 883kcal 30.0g	ごはん 銀ひらすの香味ソース 小松菜のおかかあえ かきたま汁 卵 牛乳 乳 763kcal 37.1g
	※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。	麦ごはん チキンカレー 小 ピクリス 牛乳 乳 860kcal 29.7g	ひじきごはん (ごはん) いかの吉野揚げ* 豚汁 牛乳 乳 790kcal 39.6g	能登復興応援メニュー 中島菜ロールパン 小 マカロニグラタン* 乳 小 ジュリエンヌスープ 牛乳 乳 783kcal 31.5g	ごはん 赤魚のおろしかけ 大学まめ みそ汁 牛乳 乳  832kcal 34.5g
24日					
25日					
26日					
27日					

★県内産の食材は、米、牛乳です。

キャベツ、大根、小松菜は、県内を含む複数の産地より調達します。

★市内産の野菜（天候の影響により、市内産、県内産食材を使用できない場合があります）

3日 じゃが芋の和風あえ「じゃが芋」「にんじん」

具だくさん! ちゃんこなべ風スープ「大根」

10日 彩り野菜とじゃこの甘辛そぼろ炒め「にんじん」「小松菜」

13日 ポイル野菜「プロッコリー」

27日 みそ汁「ほうれん草」



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。

26日 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。

能登伝統野菜である「中島菜」のパウダーを生地に練りこんだロールパンを提供します。

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以下の表示 (卵 卵 卵) 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。



※表示義務のある8品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ)のうち、えび、かに、落花生、そば、くるみの5品目は給食では使用しません。

学校給食費の口座振替日 (納期限)

【第8期】(1月分)

2月 2日 (月)

【第9期】(2・3月分)

3月 2日 (月)

※前日までに登録口座に入金・残高の確認をしていただきますようお願いいたします。

食物アレルギーの情報や給食で使用する食材の産地、放射能検査の結果については、HPに掲載しています。



<https://www.city.kawasaki.jp/880/page/000037906.html>

◎給食目標「地産地消について考えよう」

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

◎給食目標「地産地消について考え方」

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

17日(火)	ごはん かつおのたつた揚げ 三色ナムル 豆腐チゲ 牛乳	(乳)	18日(水)	中華丼(ごはん) わかめとコーンのスープ デコポン 牛乳	(卵)(乳)	19日(木)	ハヤシライス(麦ごはん) 白菜としめじのスープ煮 はっこう乳	(乳)(小)	20日(金)	ごはん 銀ひらすの香味ソース 小松菜のおかかあえ かきたま汁 牛乳	(卵)(乳)	24日(火)	麦ごはん チキンカレー ピクルス 牛乳	(乳)(小)			
かつおを味わう																	
季節の果物・デコポンを味わう																	
季節の食品・白菜を味わう																	
●ごはん 精白米 105	白菜 しょうゆ 赤みそ(減塩) 9.5	45	●ごはん 精白米 105	こしょう 中華スープの素(袋) 1.5	0.03	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 こしょう 1.3	0.3	●ごはん 精白米 105	こんぶ(だし用) けずり節かつお 6.5	0.65	●麦ごはん 精白米 95	砂糖 3.9				
●かつおのたつた揚げ 油(揚げ物) 3.5	白菜刻みキムチ(冷凍) 豆腐(冷凍・カット) 40	8	●中華丼 米白絞油 1	豚肉(もも) 23	2.5	●中華丼 米白絞油 105	米粒麦 15	0.75	●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	とり肉(皮つき) 26	0.75	●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	酢 0.39				
かつお(冷凍・角切) 60	えのきだけ 8	23	片栗粉 1.3	わかめ(冷凍) 13	13	●ハヤシライス 米白絞油 0.5	豚肉(もも) 32	0.3	●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●チキンカレー 米白絞油 0.5	粗塩 0.39				
しょうが 1	えのきだけ 8	23	●デコポン(1/4) デコポン 46	豚肉(肩) 20	20	●デコポン(1/4) デコポン 46	豚肉(肩) 32	192.6	●はっこう乳 アシドミルク 1.3	長ねぎ 26	0.3	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんにく 0.6				
しょうゆ 6	長ねぎ 13	13	●わかめとコーンのスープ ベーコン 2.6	たまねぎ 32	10	●わかめとコーンのスープ ベーコン 2.6	たまねぎ 78	●はっこう乳 アシドミルク 1.3	豆板醤 0.04	豆板醤 0.04	0.3	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんにく 0.6				
片栗粉(揚げ物汁) 12.6	にら 7	7	水	粗塩 0.9	粗塩 0.9	水	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	赤みそ(減塩) 1.1	赤みそ(減塩) 1.1	0.3	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんじん 32				
●三色ナムル ごま油 0.5	白菜 72	72	●白いりごま 新じゃが芋 40	粗塩 0.9	粗塩 0.9	水	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	みりん 0.5	みりん 0.5	0.3	●チキンカレー 米白絞油 0.5	粗塩 1.4				
ごま油 0.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	●オイスターソース オイスターソース 0.3	新じゃが芋 40	新じゃが芋 40	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	白ワイン 1.5	白ワイン 1.5	0.2	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんじん 32				
にんにく 0.2	砂糖 1.3	砂糖 1.3	などと(冷凍) 7	トマトケチャップ 15	トマトケチャップ 15	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	たまねぎ 94	たまねぎ 94	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	水 65				
もやし 45	中華スープの素(袋) 0.3	中華スープの素(袋) 0.3	うずら卵(水煮) 20	デミグラスソース 6.5	デミグラスソース 6.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	豆板醤 0.04	豆板醤 0.04	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	新じゃが芋 65				
にんじん 15	塩(ゆで塩) 24	塩(ゆで塩) 24	うずら卵(水煮) 20	ウスターーソース 4.5	ウスターーソース 4.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	赤みそ(減塩) 1.1	赤みそ(減塩) 1.1	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんじん 32				
塩(ゆで塩) 0.5	粗塩 0.5	粗塩 0.5	ごま油 0.7	生クリーム 3.9	生クリーム 3.9	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	みりん 0.5	みりん 0.5	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	水 65				
みりん 0.1	ごま油 0.7	ごま油 0.7	●豆腐チゲ ごま油 1	水 2.6	●白いりごま 新じゃが芋 40	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	白ワイン 1.5	白ワイン 1.5	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんじん 32				
ごま油 0.7	にんにく 0.78	にんにく 0.78	豚肉(皮つき) 24	トマトケチャップ 4.5	トマトケチャップ 4.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	たまねぎ 94	たまねぎ 94	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	水 65				
にんにく 0.78	豚肉(もも) 15	豚肉(もも) 15	豚肉(肩) 15	トマトケチャップ 4.5	トマトケチャップ 4.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	豆板醤 0.04	豆板醤 0.04	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	にんじん 32				
豚肉(肩) 15	水 12	水 12	ホーレコーン(冷凍) 12	白いりごま 2.6	白いりごま 2.6	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	赤みそ(減塩) 1.1	赤みそ(減塩) 1.1	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	水 65				
水 12	中華スープの素(袋) 1.5	中華スープの素(袋) 1.5	粗塩 0.9	粗塩 0.9	粗塩 0.9	粗塩 0.9	粗塩 0.9	豆板醤 0.04	みりん 0.5	みりん 0.5	0.02	●チキンカレー 米白絞油 0.5	水 65				
エネルギー 852 kcal	たんぱく質 41.4 g	エネルギー 818 kcal	たんぱく質 33.4 g	エネルギー 883 kcal	たんぱく質 30.0 g	エネルギー 763 kcal	たんぱく質 37.1 g	エネルギー 860 kcal	たんぱく質 29.7 g								
25日(水)	ひじきごはん(ごはん) いかの吉野揚げ 豚汁 牛乳	(乳)	26日(木)	中島菜ロールパン マカラニグラン ジュリエンヌスープ 牛乳	(乳)(小)	27日(金)	ごはん 赤魚のおろしかけ 大学まめ みそ汁 牛乳	(乳)	25日(水)	ひじきごはん(ごはん) いかの吉野揚げ 豚汁 牛乳	(乳)	26日(木)	中島菜ロールパン マカラニグラン ジュリエンヌスープ 牛乳	(乳)(小)	27日(金)	ごはん 赤魚のおろしかけ 大学まめ みそ汁 牛乳	(乳)
いかの栄養を知る																	
能登復興応援メニューを味わう																	
◎「かわさきそだち」のほうれん草を味わう																	
●ごはん 精白米 90	豆腐(冷凍・カット) 20	20	●中島菜ロールパン 中島菜ロールパン(減塩) 50	こしょう スープの素 1.3	0.04	●ごはん 精白米 105	白菜 40		●ごはん 精白米 105	白菜 40	0.65	●麦ごはん 精白米 95	砂糖 3.9				
●ひじきごはん 米白絞油 0.6	赤みそ(減塩) 5.4	5.4	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	とり肉(皮つき) 26	2.5	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	とり肉(皮つき) 26	0.75	●麦ごはん 精白米 95	酢 0.39				
米白絞油 0.6	白みそ(減塩) 5.4	5.4	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	たまねぎ 30	30	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
とり肉(皮なし) 15	長ねぎ 13	13	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	にんじん 13	13	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
酒 1.2	ひじき 3	3	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	粗塩 0.6	0.6	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
ひじき 3	にんじん 12	12	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	こしょう 0.04	0.04	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
にんじん 12	油揚げ(冷凍・カット) 11	11	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	プロセスチーズ 6	6	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
油揚げ(冷凍・カット) 11	水 3.2	3.2	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	米白絞油 4.6	4.6	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
水 3.2	砂糖 3.2	3.2	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	小麦粉 4.6	4.6	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
砂糖 3.2	しょうゆ 7.2	7.2	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	小麦粉 4.6	4.6	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
しょうゆ 7.2	●豆腐チゲ 油(揚げ物) 3.5	3.5	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	調理用牛乳 70	70	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
●いかの吉野揚げ 油(揚げ物) 3.5	いか(冷凍)短冊 70	70	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	脱脂粉乳 5	5	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
いか(冷凍)短冊 70	酒 1	1	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	マカラニ 26	26	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
酒 1	粗塩 0.3	0.3	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	塩(ゆで塩) 0.01	0.01	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
粗塩 0.3	片栗粉(揚げ物) 10.5	10.5	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	粉チーズ(エダム) 4	4	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
片栗粉(揚げ物) 10.5	水 10	10	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	バセリ 0.5	0.5	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
水 10	大根 30	30	●マカラニグラン 米白絞油 0.5	パン粉 0.8	0.8	●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 80	豆板醤 0.04		●銀ひらすの香味ソース 銀ひらす(冷凍・切り身) 60	にんじん 13	0.75	●麦ごはん 精白米 95	粗塩 0.39				
大根 30	エネルギー 790 kcal	たんぱく質 39.6 g	エネルギー 783 kcal	たんぱく質 31.5 g	エネルギー 832 kcal	たんぱく質 34.5 g											
能登復興応援メニュー																	
● ジュリエンヌスープ																	
米白絞油 0.5	豚肉(もも) 15	15	米白絞油 0.5	ペークン 5.2	5.2	●大学まめ 油(揚げ物) 1	豆板醤 0.04		●大学まめ 大豆(蒸し) 20	豆板醤 0.04		●大学まめ 大豆(蒸し) 20	豆板醤 0.04				
豚肉(もも) 15	豚肉(肩) 15	15	セロリ 3	3	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04					
豚肉(肩) 15	ごぼう 7	7	セロリ 3	にんじん 15	15	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04				
ごぼう 7	にんじん 20	20	セロリ 3	たまねぎ 40	40	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04				
にんじん 20	こんにゃく 10	10	セロリ 3	水 52	52	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04				
こんにゃく 10	水 52	52	セロリ 3	粗塩 0.8	0.8	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04				
水 52	大根 30	30	セロリ 3	粗塩 0.8	0.8	●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04		●大学まめ 豆板醤 3	豆板醤 0.04				
大根 30	エネルギー 790 kcal	たんぱく質 39.6 g	エネルギー 783 kcal	たんぱく質 31.5 g	エネルギー 832 kcal	たんぱく質 34.5 g											