

月	火	水	木	金	
<p>学校給食レシピとレシピ動画を公開中!</p> <p>*がついた料理はレシピやレシピ動画を紹介しています。『川崎市 学校給食レシピ』又は『川崎市 学校給食レシピ動画』で検索してください。</p>  <p>▲詳細はこちら</p>		<p>端午の節句の行事食</p> <p>たけのこごはん (しょうゆごはん)</p> <p>かつおの磯風味 豆腐のすまし汁</p> <p>かしわもち 牛乳★(乳)</p> <p>873kcal 40.1g</p>	<p>ハヤシライス(乳)⓪</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>キャベツのスープ煮 牛乳★(乳)</p> <p>2日</p> <p>877kcal 30.1g</p>	<p>3日</p> <p>憲法記念日</p>	
<p>※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。学校からの配布物などをご確認いただくようお願いいたします。</p>		<p>7日</p> <p>麦ごはん かれのいたつた揚げ もやしとうま煮 さつま汁 牛乳★(乳)</p> <p>758kcal 33.1g</p>	<p>8日</p> <p>麦ごはん チキンカレー(小) ピクルス 牛乳★(乳)</p> <p>835kcal 31.2g</p>	<p>9日</p> <p>マーボー丼 (ごはん) 春巻き(小) 寒天の中華スープ 牛乳★(乳)</p> <p>825kcal 33.0g</p>	<p>10日</p> <p>ごはん 豚肉のしょうが焼き 磯香あえ けんちん汁* 牛乳★(乳)</p> <p>772kcal 36.7g</p>
<p>13日</p> <p>ブルコギ丼 (麦ごはん) わかめスープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>859kcal 36.2g</p>	<p>14日</p> <p>ごはん 銀ひらすのてり焼き 肉じゃが かんぴょうのみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>811kcal 36.5g</p>	<p>15日</p> <p>麦ごはん 揚げ鶏の香味ソース 春雨の塩炒め わかめとえのきのスープ 牛乳★(乳)</p> <p>865kcal 35.3g</p>	<p>16日</p> <p>黒コッパン★(小) ミートポテト(乳)⓪ ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳★(乳)</p> <p>814kcal 29.8g</p>	<p>17日</p> <p>麦ごはん さばのごまみそかけ もやし炒め 春雨スープ 牛乳★(乳)</p> <p>824kcal 30.7g</p>	
<p>20日</p> <p>キムチピビンバ (麦ごはん) 青菜と卵のスープ(卵) 牛乳★(乳)</p> <p>808kcal 36.4g</p>	<p>21日</p> <p>給食休止日</p>	<p>22日</p> <p>麦ごはん ハンバーグ たまねぎソース(小) ポテトサラダ ミネストローネ 牛乳★(乳)</p> <p>780kcal 27.4g</p>	<p>23日</p> <p>ごはん とり肉の甘酢炒め ポイル野菜 ごまドレッシングあえ たまねぎのみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>748kcal 31.7g</p>	<p>24日</p> <p>麦ごはん あじのカレー揚げ 肉野菜炒め 彩りコンソメスープ 牛乳★(乳)</p> <p>796kcal 38.7g</p>	
<p>27日</p> <p>ごはん 生揚げのオイスター炒め ツナサラダ 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>796kcal 33.6g</p>	<p>28日</p> <p>麦ごはん とり肉のから揚げ じゃが芋の和風あえ みそ野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>855kcal 36.4g</p>	<p>29日</p> <p>麦ごはん ミートボールカレー(小) じゃことキャベツの ごま酢あえ 牛乳★(乳)</p> <p>813kcal 26.1g</p>	<p>30日</p> <p>ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース 野菜ソテー クリームスープ(乳)⓪ 牛乳★(乳)</p> <p>898kcal 30.1g</p>	<p>31日</p> <p>肉丼(麦ごはん) 豆腐のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>814kcal 34.2g</p>	

※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳です。キャベツ、大根は県内を含む複数の産地より調達します。

※市内産の野菜


- 8日 ピクルス 「キャベツ」
- 22日 ミネストローネ 「トマト」

(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。)

※★のついているものは、学校に直接配送されます。

※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。


「かわさきぞち」のPRキャラクター  
「菜果ちゃん」




### 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)⓪)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。


卵



乳



小




※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。

### 食物アレルギーの情報や給食で使用する食材の情報については、HPに掲載しています。

※給食の食材の産地

放身検査結果、学校給食レシピもご覧いただけます。



▲詳細はこちら

### 学校給食費の口座振替日(納期限)

【第1期】(4・5月分)


7月1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

すようお願いいたします。



6日(月)		振替休日		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)	
				麦ごはん かけいのたつた揚げ もやしのうま煮 さつま汁 牛乳 ◎		麦ごはん チキンカレー ピクルス 牛乳 ◎		マーボー丼(ごはん) 春巻き 寒天の中華スープ 牛乳 ◎		ごはん 豚肉のしょうが焼き 磯香あえ けんちん汁 牛乳 ◎	
		さつま汁の名前の由来を知る		「かわさきそだち」のキャベツを味わう		寒天について知る		新献立 豚肉のしょうが焼きを味わう			
		●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●かけいのたつた揚げ 揚げ油 3 かけい竜田 60 ●もやしのうま煮 油 0.5 しょうが 0.13 豚肉(もも) 7 砂糖 1 しょうゆ 3.5 にんじん 7 もやし 58 片栗粉 0.8 たら 4 ●さつま汁 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 0.5 油 18 とり肉(皮なし) 12 ごぼう 20 大根 4.8 赤みそ 6 油揚げ(冷) 20 じゃが芋 20 エネルギー 758 kcal		長ねぎ 12 赤みそ 4.8 一味唐辛子 0.01 ●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●チキンカレー 油 0.7 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 42 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 白ワイン 1.5 たまねぎ 42 にんじん 32 水 50 じゃが芋 8 トマト水煮 2 カラメルソース 1.4 塩 0.03 ごしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース 5.2 油 5.8 小麦粉 1 ●ピクルス キャベツ(市内産) 29 にんじん 10 きゅうり 15 エネルギー 835 kcal		ゆで塩 3 砂糖 4.3 酢 0.4 ●ごはん 精白米 110 ●マーボー丼 油 0.45 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豆板醤 0.3 豚ひき肉(もも) 24 大豆ミート(小粒) 4.8 砂糖 1.3 しょうゆ 5 トマトケチャップ 7 水 6.2 赤みそ 95 豆腐(冷) 14 長ねぎ 1.5 片栗粉 0.3 ラー油 2 ●春巻き 揚げ油 50 春巻き 0.5 ●寒天の中華スープ 油 15 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 10 にんじん 10 水 0.6 エネルギー 825 kcal		こんにやく寒天 0.7 キャベツ 30 塩 0.9 ごしょう 0.03 しょうゆ 1.7 がらスープ 1.3 片栗粉 0.6 チンゲン菜 5 ごま油 0.6 酒 1 油 0.2 たまねぎ 20 砂糖 0.5 しょうゆ 4.7 ●磯香あえ もやし 50 小松菜 10 にんじん 5 ゆで塩 2.7 しょうゆ 0.3 きざみのり 0.5 ●けんちん汁 油 20 とり肉(皮なし) 10 ごぼう 15 にんじん 15 大根 15 水 0.6 こんぶ 0.6 エネルギー 772 kcal		厚けずり節(かつお) 4 じゃが芋 35 塩 0.5 豆腐(冷) 35 しょうゆ 3.6 長ねぎ 5	
		たんぱく質 33.1 g		たんぱく質 31.2 g		たんぱく質 33.0 g		たんぱく質 36.7 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200ccです。

端午の節句の行事食

13日(月)	ブルコギ丼(麦ごはん) わかめスープ ヨーグルト 牛乳	14日(火)	ごはん 銀ひらすのてり焼き 肉じゃが かんぴょうのみそ汁 牛乳	15日(水)	麦ごはん 揚げ鶏の香味ソース 春雨の塩炒め わかめとえのきのスープ 牛乳	16日(木)	黒コッペパン ミートポテト ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳	17日(金)	麦ごはん さばのごまみそかけ もやし炒め 春雨スープ 牛乳												
コチジャンについて知る		◎魚の上手な食べ方を知る		香味ソースを味わう		◎パンの食べ方を知る		◎はしの使い方を知る													
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13	●ごはん 精白米 100	かんぴょう 5 豆腐(冷) 35 油揚げ(冷) 5 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 5	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	こしょう 0.01 しょうゆ 0.3 もやし 20 チンゲン菜 5 春雨 5 ごま油 0.2	●黒コッペパン 60	しょうゆ 0.4 塩 0.7 こしょう 0.04	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	厚けずり節(かつお) 4 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10 塩 1 こしょう 0.02 しょうゆ 1.2 春雨 4.5 片栗粉 0.6 ほうれん草(冷) 5												
●ブルコギ丼 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 ごま油 1.3 にんにく 0.4 しょうゆ 7 酒 2 コチジャン 5 砂糖 1.8 たまねぎ 45 にんじん 20 もやし 20 にら 4 片栗粉 1.3 白いりごま 1.5	●ヨーグルト ヨーグルト 80	●銀ひらすのてり焼き 銀ひらす(切り身) 60 酒 0.6 しょうゆ 1.2 水 3.6 砂糖 2 しょうゆ 4 みりん 2 片栗粉 0.48	●肉じゃが 油 0.8 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 こんにゃく 10 にんじん 20 たまねぎ 25 水 3 じゃが芋 50 酒 0.4 砂糖 2 しょうゆ 5	●揚げ鶏の香味ソース 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 80 酒 1.2 塩 0.2 片栗粉 12 油 0.3 豆板醤 0.2 にんにく 0.2 しょうが 0.5 長ねぎ 5 みりん 0.9 しょうゆ 3.6 砂糖 0.9 酢 1.8 水 3 片栗粉 0.2	●わかめとえのきのスープ ベーコン 6 にんにく 15 たまねぎ 25 えのきたけ(冷) 13 塩 1 こしょう 0.02 がらすスープ 1.3 しょうゆ 1.3	●ジュリエンスープ 油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 30 水 35 キャベツ 1.3 スープの素 1.3	●フルーツポンチ ミックスフルーツ 60 野菜入りゼリー 40	●さばのごまみそかけ さば(切り身) 60 酒 2.4 水 4 赤みそ 4.3 砂糖 1.5 みりん 1.5 白すりごま 0.2 白いりごま 0.2 片栗粉 0.2	●もやし炒め 油 0.5 ベーコン 3.6 たまねぎ 12 にんじん 6 もやし 50 ゆで塩 0.3 塩 0.6 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5												
●わかめスープ ベーコン 2.4 水 15 とり肉(皮なし) 15 にんじん 30 たまねぎ 0.8 塩 0.02 こしょう 1.3 がらすスープ 1.5 しょうゆ 1.5	●かんぴょうのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 6	●春雨の塩炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5	●春雨の塩炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5	●ジュリエンスープ 油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 30 水 35 キャベツ 1.3 スープの素 1.3	●さばのごまみそかけ さば(切り身) 60 酒 2.4 水 4 赤みそ 4.3 砂糖 1.5 みりん 1.5 白すりごま 0.2 白いりごま 0.2 片栗粉 0.2	●もやし炒め 油 0.5 ベーコン 3.6 たまねぎ 12 にんじん 6 もやし 50 ゆで塩 0.3 塩 0.6 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5	●春雨スープ 水 0.6 こんぶ 0.6	エネルギー 859 kcal	たんぱく質 36.2 g	エネルギー 811 kcal	たんぱく質 36.5 g	エネルギー 865 kcal	たんぱく質 35.3 g	エネルギー 814 kcal	たんぱく質 29.8 g	エネルギー 824 kcal	たんぱく質 30.7 g				
20日(月)	キムチビビンバ(麦ごはん) 青菜と卵のスープ 牛乳	21日(火)	給食休止日		22日(水)	麦ごはん ハンバーグたまねぎソース ポテトサラダ ミネストローネ 牛乳	23日(木)	ごはん とり肉の甘酢炒め ポイル野菜ごまドレッシングあえ たまねぎのみそ汁 牛乳	24日(金)	麦ごはん あじのカラー揚げ 肉野菜炒め 牛乳											
キムチビビンバの食べ方を知る		給食休止日		「かわさきそだち」のトマトを味わう		とり肉の甘酢炒めを味わう		かまぼこについて知る													
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	白すりごま 0.8	●青菜と卵のスープ ベーコン 2			●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	油 0.6 にんにく 0.36 セロリ 1.6 ベーコン 4.5 ごま油 25 たまねぎ 25 にんじん 15 塩 0.9 こしょう 0.4 水 0.6 スープの素 0.6 キャベツ 25 トマト(市産) 26 トマト水煮 4 トマトケチャップ 2.5	●ごはん 精白米 100	水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 45 豆腐(冷) 30 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 小松菜 5	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	油 0.65 とり肉(皮なし) 20 水 5 にんじん 15 たまねぎ 25 じゃが芋 20 塩 0.7 こしょう 0.04 スープの素 1.3 ちらしかまぼこ 3 片栗粉 0.6 ほうれん草(冷) 5 ミックスピーズ 10	●キムチビビンバ(肉) 水 0.65 油 0.2 にんにく 0.2 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1.3 しょうゆ 1.3 切り干し大根 3.5 たまねぎ 15 白菜刻みキムチ(冷) 15 砂糖 2 しょうゆ 2.5 にら 5 片栗粉 0.7	●ハンバーグ ハンバーグ 80 油 0.2 たまねぎ 10 水 5 砂糖 0.8 しょうゆ 2.4 酢 0.5 みりん 1.6 片栗粉 0.3	●ポテトサラダ じゃが芋 55 にんじん 8 きゅうり 8 たまねぎ 8 ゆで塩 0.3 塩 0.5 砂糖 0.5 酢 0.5 こしょう 0.02 水 0.5 ドレッシング(マヨネーズタイプ卵不使用) 5.6	●ポイル野菜 ごまドレッシングあえ にんじん 15 もやし 30 キャベツ 20 ゆで塩 8	●肉野菜炒め 油 0.5 しょうが 0.6 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 塩 0.1 こしょう 0.01 にんじん 8 たまねぎ 15 もやし 22 キャベツ 15 塩 0.5 こしょう 0.01 しょうゆ 0.4 片栗粉 1 チンゲン菜 5	●ミネストローネ 780 kcal	たんぱく質 27.4 g	●たまねぎのみそ汁 748 kcal	たんぱく質 31.7 g	エネルギー 796 kcal	たんぱく質 36.7 g

27日(月)	ごはん 生揚げのオイスター炒め ツナサラダ 野菜スープ 牛乳 (乳)	28日(火)	麦ごはん とり肉のから揚げ じゃが芋の和風あえ みそ野菜スープ 牛乳 (乳)	29日(水)	麦ごはん ミートボールカレー じゃことキャベツのごま酢あえ 牛乳 (乳小)	30日(木)	ごはん ホキフライ 中濃ソース 野菜ソテー クリームスープ 牛乳 (乳小)	31日(金)	肉井(麦ごはん) 豆腐のみそ汁 牛乳 (乳)
オイスターソースについて知る		◎飯碗、汁碗を持って食べる		キャベツの栄養を知る		ホキについて知る		だしを味わう	
● <b>ごはん</b> 精白米 100	● <b>野菜スープ</b> 油 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんにく 10 もやし 30 キャベツ 20 水 1 塩 0.04 ごしょう 1.3 がらすープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 にら 5 ごま油 0.6	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 ● <b>とり肉のから揚げ</b> 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 酒 0.9 塩 0.5 ごしょう 0.06 しょうゆ 1 片栗粉 10.5 ● <b>じゃが芋の和風あえ</b> じゃが芋 56 にんにく 8 ゆで塩 0.4 ごま油 0.4 ひじき 2.8 しょうゆ 2.1 酒 2.1 みりん 5 むきえだ豆(冷) 0.5 けずり節(かつお)	にんにく 10 キャベツ 25 水 0.24 がらすープ 1.3 しょうゆ 1.2 ホールコーン(冷) 10 赤みそ 10 ごま油 0.3 ほうれん草(冷) 5 片栗粉 1.5	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8 ● <b>ミートボールカレー</b> 油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 35 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 35 にんにく 32 水 4 じゃが芋 8 トマト水煮 2 カラメルソース 1.4 塩 0.03 ごしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース 5.2 油 5.8 小麦粉 1 カレー粉 30 肉団子 10 ● <b>じゃことキャベツのごま酢あえ</b> にんにく 10 キャベツ 40 チンゲン菜 5	しらす干し 2 ゆで塩 1.3 砂糖 2 しょうゆ 0.2 塩 2.3 白いりごま 1	● <b>ごはん</b> 精白米 100 ● <b>ホキフライ</b> 揚げ油 9.1 ホキフライ 70 ● <b>中濃ソース</b> 中濃ソース(袋) 8 ● <b>野菜ソテー</b> 油 0.6 ベーコン 2.4 にんにく 12 ホールコーン(冷) 35 ほうれん草(冷) 10 ゆで塩 0.3 ごしょう 0.02 ● <b>クリームスープ</b> 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 15 にんにく 15 たまねぎ 35 水 1 スープの素 25 じゃが芋 40 調理用牛乳	豆乳 10 塩 0.8 ごしょう 0.02 油 3 小麦粉 3	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8 ● <b>肉井</b> 油 1.2 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 しょうが 1 にんにく 0.4 酒 0.6 こんにやく 40 ごぼう 10 にんにく 15 たまねぎ 54 砂糖 3 しょうゆ 8.7 片栗粉 2 さいいんげん(冷) 5 ● <b>豆腐のみそ汁</b> 水 0.6 ごんぶ 6 厚けずり節(かつお) 25 たまねぎ 35 豆腐(冷) 8 油揚げ(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 わかめ(冷) 8	エネルギー 796 kcal たんぱく質 33.6 g エネルギー 855 kcal たんぱく質 36.4 g エネルギー 813 kcal たんぱく質 26.1 g エネルギー 898 kcal たんぱく質 30.1 g エネルギー 814 kcal たんぱく質 34.2 g

【令和6年5月】  
アレルギーの原因物質を含む加工食品の表示について

献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質		
		卵	乳	小麦
黒コッペパン	黒コッペパン			○
ホキフライ	ホキフライ			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
ハヤシライス	デミグラスソース			○
春巻き	春巻き			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	

※除去する必要のない調味料・だし・添加物等  
(文部科学省 学校給食における食物アレルギー対応指針より)  
鶏卵：卵殻カルシウム  
牛乳：乳糖・乳清焼成カルシウム  
小麦：しょうゆ・酢・みそ  
大豆：大豆油・しょうゆ・みそ  
ごま：ごま油  
魚類：かつおだし・いりこだし・魚しょう  
肉類：エキス

※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使用する食品の中で、ごま、さば、大豆、とり肉、豚肉、桃、りんご、オレンジ、ゼラチンもアレルギーの原因となることがあります。  
※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。  
※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。