

1 (月)	むぎごはん ポークカレー ビクルス ぎゅうにゅう	2 (火)	しろパン いちごジャム マカロニグラタン* ようふうスープ ぎゅうにゅう	3 (水)	ごはん ツナとなまあげのあまからに はるさめのちゅうかスープ ぎゅうにゅう	4 (木)	ごはん マーボーなす にらたまスープ なし ぎゅうにゅう	5 (金)	むぎごはん コメカラ しおだれキャベツ* ワンタンスープ ぎゅうにゅう
【献立のねらい】 カレールーについて知る		季節の食品のズッキーニについて知る		春雨について知る		季節の食品の梨について知る		コメカラについて知る	
●麦ごはん 精白米 85 米粒麦 10 ●ポークカレー 油 0.6 にんにく 0.4 しょうが 0.2 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 粗塩 0.1 こしょう 0.01 水 96 たまねぎ 75 にんじん 36 粗塩 1.3 ウスターソース 3.6 じゃが芋 60 カレー粉 0.96		●白パン(減塩) 50 ●いちごジャム 20 ●マカロニグラタン 油 0.5 とり肉(皮なし) 28 たまねぎ 33 にんじん 13 粗塩 0.6 こしょう 0.04 チーズ 6 油 4.6 小麦粉 4.6 牛乳 75 脱脂粉乳 5 マカロニ 26 ゆで塩 3.5 粉チーズ 0.8		●ごはん 精白米 90 ●ツナと生揚げの甘辛煮 油 0.6 にんにく 0.2 しょうが 0.4 豆板醤 0.2 にんじん 14 しめじ 8 まぐろ(缶) 30 生揚げ(冷) 60 水 8 砂糖 2.8 しょうゆ 3.8 オイスターソース 1.7 赤みそ(減塩) 3.2 長ねぎ 18 ごま油 0.6		●ごはん 精白米 90 ●マーボーなす にんにく 0.3 しょうが 0.4 豆板醤 0.4 豚ひき肉(もも) 50 酒 1.4 粗塩 0.1 こしょう 0.01 大豆ミート(小粒) 3 なす 56 砂糖 0.7 しょうゆ 3.5 中華スープの素 0.7 トマトケチャップ 7 長ねぎ 14 片栗粉 1.4 ごま油 0.7		●にらたまスープ 水 150 とり肉(皮なし) 12 たまねぎ 20 粗塩 0.8 中華スープの素 1.8 しょうゆ 2.4 豆腐 36 片栗粉 1.2 水 1.4 にら 12 卵 25 ごま油 0.6 ●梨 塩水 44.2	
中高等部エネルギー 776 kcal 中高等部たんぱく質 28.0 g 小学部エネルギー 621 kcal 小学部たんぱく質 22.4 g		中高等部エネルギー 809 kcal 中高等部たんぱく質 32.1 g 小学部エネルギー 647 kcal 小学部たんぱく質 25.7 g		中高等部エネルギー 748 kcal 中高等部たんぱく質 28.1 g 小学部エネルギー 598 kcal 小学部たんぱく質 22.5 g		中高等部エネルギー 732 kcal 中高等部たんぱく質 34.9 g 小学部エネルギー 586 kcal 小学部たんぱく質 28.0 g		中高等部エネルギー 774 kcal 中高等部たんぱく質 36.4 g 小学部エネルギー 619 kcal 小学部たんぱく質 29.1 g	
8 (月)	こうやどうふのそぼろごはん(むぎごはん)* からしあえ ピリからちゅうかスープ ぎゅうにゅう	9 (火)	ロールパン とりにくのケチャップいため ベジタブルスープ ぎゅうにゅう	10 (水)	ホイコーローどん(むぎごはん)* チンゲンさいのごまスープ ぎゅうにゅう	11 (木)	ごはん ちくわのかばやき もやしいため しおこうじじる ぎゅうにゅう	12 (金)	ごはん タンドリーチキン* ジャーマンポテト キャベツとコーンのスープ ぎゅうにゅう
◎給食からSDGsについて考える		マカロニについて知る		季節の食品のさやいんげんについて知る		かば焼きについて知る		タンドリーチキンについて知る	
●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●高野豆腐のそぼろごはん 油 1 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 水 150 酒 1.3 みりん 2.6 砂糖 3 しょうゆ 6 大豆ミート(小粒) 5 凍り豆腐 6.5 ●からしあえ もやし 50 小松菜 20 ゆで塩 20 洋辛子 0.28		●ロールパン(減塩) 50 ●とり肉のケチャップ炒め 油 1.2 とり肉(皮つき) 30 とり肉(皮なし) 30 白ワイン 2.4 たまねぎ 58 にんじん 14 トマトケチャップ 11.5 粗塩 14.4 ウスターソース 0.7 しょうゆ 0.5 油 2.2 小麦粉 2.2 ペンネマカロニ 17 ゆで塩 6		●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●ホイコーロー丼 油 1.2 にんにく 0.2 しょうが 0.4 豚肉(もも) 27 豚肉(肩) 27 粗塩 0.1 酒 1.2 長ねぎ 12 キャベツ 72 ゆで塩 3.8 テンメシジャン 4.3 砂糖 1.4 オイスターソース 1.1 ごま油 0.7 豆板醤 0.1		●ごはん 精白米 90 ●ちくわのかば焼き 揚げ油 適量 焼きちくわ(減塩) 50 片栗粉 7.6 水 5 砂糖 1.8 しょうゆ 2.7 みりん 0.21 ●もやし炒め 油 0.4 ベーコン 12 たまねぎ 6 ゆで塩 50 粗塩 0.2		●ごはん 精白米 90 ●タンドライーチキン 油 0.12 とり肉(皮つき) 42 とり肉(皮なし) 42 にんにく 0.36 しょうが 0.19 ヨーグルト 12 酢 3.6 カレー粉 0.48 チリパウダー 0.04 砂糖 1.2 パプリカ 0.24 粗塩 0.6 こしょう 0.04 ●ジャーマンポテト 油 0.5 ベーコン 5.6 たまねぎ 20 粗塩 0.3 こしょう 0.01 じゃが芋 60 ゆで塩 ●キャベツとコーンのスープ ベーコン 4.8 水 150 たまねぎ 12 にんじん 12 キャベツ 36 ホールコーン(冷) 18 粗塩 0.6 こしょう 0.02 スープの素 1.2	
中高等部エネルギー 711 kcal 中高等部たんぱく質 35.1 g 小学部エネルギー 568 kcal 小学部たんぱく質 28.1 g		中高等部エネルギー 709 kcal 中高等部たんぱく質 31.0 g 小学部エネルギー 568 kcal 小学部たんぱく質 24.8 g		中高等部エネルギー 684 kcal 中高等部たんぱく質 31.4 g 小学部エネルギー 547 kcal 小学部たんぱく質 25.1 g		中高等部エネルギー 753 kcal 中高等部たんぱく質 29.7 g 小学部エネルギー 602 kcal 小学部たんぱく質 23.8 g		中高等部エネルギー 741 kcal 中高等部たんぱく質 33.7 g 小学部エネルギー 593 kcal 小学部たんぱく質 27.0 g	
22 (月)		26 (火)		24 (水)		25 (木)		26 (金)	
ミニはちみつロールパン なつやさいのスパゲッティ ポタージュ ぎゅうにゅう		ごはん まぐろとだいずのみそがらめ* もやしのおかかいため さわにわん ぎゅうにゅう		チキンクリームライス(ターメリックライス) ひじきのサラダ* ぎゅうにゅう		スラッピージョー (まるバン・ミート) じゃがいものからあげ コーンクリームスープ ぎゅうにゅう		ごはん とうふハンバーグのやさいあんかけ びなたし ふたにくとなすのみそしる ぎゅうにゅう	
夏野菜について知り、味わう		沢煮椀について知る		ターメリックについて知る		スラッピージョーについて知る		川崎市内産のなすについて知る	
●ミニはちみつロールパン 25 ●夏野菜のスパゲッティ 油 0.6 にんにく 0.36 ベーコン 3.6 セロリ 1.2 豚ひき肉(もも) 36 たまねぎ 42 にんじん 12 粗塩 0.8 こしょう 0.04 ウスターソース 2.4 トマトケチャップ 12 トマト水煮(缶) 18 なす 25 ズッキーニ 20 スパゲッティ 50 ゆで塩		●ごはん 精白米 90 しょうゆ 10 チンゲン菜 10 ゆで塩 1 厚けずり節(かつお) 0.84 白いりごま 1.44 ●まぐろと大豆のみそがらめ 揚げ油 適量 煮し大豆 36 片栗粉 5.4 揚げ油 適量 しょうが 36 しょうゆ 0.5 しょうゆ 1.6 片栗粉 6.5 水 6 赤みそ(減塩) 3.2 砂糖 2.2 みりん 1.1 ●もやしのおかか炒め ごま油 0.84 にんじん 6 ゆで塩 54 もやし 0.72 砂糖 0.72		●ごはん 精白米 90 ターメリック 0.05 ●チキンクリームライス 油 0.8 とり肉(皮つき) 50 たまねぎ 65 にんじん 15 粗塩 1.3 こしょう 0.07 水 30 しめじ 15 エリンギ 5 油 7 小麦粉 7 牛乳 75 脱脂粉乳 7.2		●丸パン 50 ●スラッピージョー(ミート) 油 0.65 にんにく 0.17 豚ひき肉(もも) 40 たまねぎ 32 にんじん 7 砂糖 0.26 粗塩 0.26 ウスターソース 4 トマトケチャップ 6.5 油 1.3 小麦粉 1.3 ●じゃが芋のから揚げ 揚げ油 適量 じゃが芋 100 塩 0.2 ●コーンクリームスープ 油 0.5 ベーコン 2.6 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 40 粗塩 0.9 こしょう 0.03 水 78 ホールコーン(冷) 26 コーンビュレ(冷) 20 牛乳 60 米粉 4 世界の料理 「アメリカ」		●ごはん 精白米 90 みりん 0.9 油揚げ(冷) 6 もやし 60 小松菜 15 ゆで塩 ●豚肉となすのみそ汁 水 8 にんじん 6 たまねぎ 15 えのきたけ 10 砂糖 6 しょうゆ 0.7 みりん 3.2 水 1.8 片栗粉 0.5 厚けずり節(かつお) 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5 長ねぎ 15 ●煮びたし 水 13 こんぶ 0.13 厚けずり節(かつお) 1.3 しょうゆ 3.5	
中高等部エネルギー 746 kcal 中高等部たんぱく質 33.6 g 小学部エネルギー 597 kcal 小学部たんぱく質 26.9 g		中高等部エネルギー 775 kcal 中高等部たんぱく質 36.6 g 小学部エネルギー 620 kcal 小学部たんぱく質 29.3 g		中高等部エネルギー 810 kcal 中高等部たんぱく質 30.5 g 小学部エネルギー 648 kcal 小学部たんぱく質 24.4 g		中高等部エネルギー 736 kcal 中高等部たんぱく質 34.9 g 小学部エネルギー 589 kcal 小学部たんぱく質 27.9 g		中高等部エネルギー 699 kcal 中高等部たんぱく質 30.0 g 小学部エネルギー 559 kcal 小学部たんぱく質 24.0 g	
29 (月)		30 (火)		29 (水)		30 (木)		31 (金)	
ハヤシライス(むぎごはん) キャベツのスープに* ぎゅうにゅう		ごはん あかうおのこうみソース きりぼしだいこんのベーコンに* ぶたじる ぎゅうにゅう		ごはん さばのおしおやき ごもくまめ ぐだくさんすましじる はっこうにゅう		てんどん(むぎごはん) みそしる ぎゅうにゅう		ごはん ふりかけ* なまあげのしせんに* やさいスープ ぎゅうにゅう	
牛乳について知る		赤魚について知る		五目豆について知る		物語給食を通して天ぶらを味わう		しらす干しについて知る	
●麦ごはん 精白米 85 米粒麦 10 ●ハヤシライス 油 0.6 にんにく 0.6 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 粗塩 0.1 こしょう 0.01 赤ワイン 3.6 たまねぎ 72 にんじん 24 水 96 粗塩 0.7 じゃが芋 36 トマトケチャップ 15 デミグラスソース 6 ウスターソース 4.2 しょうゆ 1.8		●ごはん 精白米 90 油 5.6 小麦粉 5.6 生クリーム 3 ●キャベツのスープ煮 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 80 にんじん 10 スープの素 0.36 粗塩 0.24 こしょう 0.01 ●切り干し大根のベーコン煮 油 0.36 ベーコン 4.8 切り干し大根 8.4		●ごはん 精白米 90 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 豚肉(もも) 6 豚肉(肩) 6 大根 30 粗塩 0.3 しょうゆ 2.1 にんじん 25 長ねぎ 15 小松菜 10 ゆで塩 10 ●はっこう乳 192.6		●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●とり天 揚げ油 適量 とり肉(皮なし・切り身) 70 しょうが 0.4 しょうゆ 0.8 小麦粉 7.7 水 3 ●かぼちゃの天ぷら 揚げ油 適量 かぼちゃ 40 小麦粉 4 水 4 ●天ぷら(たれ) 水 10 こんぶ 0.1 厚けずり節(かつお) 1		●ごはん 精白米 90 生揚げ(冷) 85 大豆ミート(小粒) 5 長ねぎ 25 片栗粉 1.6 水 ●野菜スープ 油 0.6 とり肉(皮なし) 12 にんじん 15 もやし 15 キャベツ 30 水 150 粗塩 0.8 こしょう 0.04 中華スープの素 1.8 しょうゆ 1.2 片栗粉 1.2 水 3 にら 0.6 ごま油 ●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。	
中高等部エネルギー 813 kcal 中高等部たんぱく質 29.3 g 小学部エネルギー 651 kcal 小学部たんぱく質 23.5 g		中高等部エネルギー 795 kcal 中高等部たんぱく質 34.4 g 小学部エネルギー 636 kcal 小学部たんぱく質 27.5 g		中高等部エネルギー 834 kcal 中高等部たんぱく質 35.0 g 小学部エネルギー 667 kcal 小学部たんぱく質 28.0 g		中高等部エネルギー 804 kcal 中高等部たんぱく質 31.1 g 小学部エネルギー 644 kcal 小学部たんぱく質 24.8 g		中高等部エネルギー 768 kcal 中高等部たんぱく質 33.7 g 小学部エネルギー 615 kcal 小学部たんぱく質 27.0 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。									