

令和8年10月 (2026年10月) 献立表 (特別支援学校) 給食回数 20回		給食でのアレルギー情報について ※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。 ※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。		学校給食の献立をLINEで配信中！ 川崎市LINE公式アカウントで市立学校給食献立の配信を開始しました。設定から配信を希望する学校のブロックを選択すると、毎週金曜日の15時に、翌週の給食献立のお知らせを受け取ることができます。 ※配信内容に学校ごとの給食休止日は反映されません。  https://lin.ee/K6WYkuD		1 (木) クファージュシー (ごはん) あげしゅうまい もずくスープ みかん ギョウにゅう 【献立のねらい】クファージュシーについて知る ●ごはん 精白米 80 ●クファージュシー 油 0.4 豚肉(肩) 15 酒 1.2 にんじん 10 水 適量 しょうゆ 3 粗塩 0.1 みりん 0.5 きざみこんぶ(乾) 1 ●揚げしゅうまい 揚げ油 適量 しゅうまい 54 ●もずくスープ 水 150 こんぶ 0.36 厚けずり節(かつお) 2.4 とり肉(皮なし) 20 にんじん 13 たまねぎ 20 たけのこ(水煮) 15 粗塩 0.8 こしょう 0.03 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 水 10 チンゲン菜 10 もずく 10 ●みかん みかん 80 中高等部エネルギー 700 kcal 中高等部たんぱく質 24.7 g 小学部エネルギー 560 kcal 小学部たんぱく質 19.7 g		2 (金) ツナそぼろごはん (むぎごはん) からしあえ そうへいじる ギョウにゅう 郷土料理について知る ●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●ツナそぼろ 水 6 にんじん 12 まぐろ(缶) 50 酒 2 砂糖 2 しょうゆ 1.8 白いりごま 1 ●からしあえ もやし 50 小松菜 20 ゆで塩 0.25 洋辛子 1 砂糖 3.5 しょうゆ 3.5 ●僧兵汁 油 0.6 にんにく 1.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 にんじん 15 水 150 里芋 20 中華スープの素 1.8 白菜 15 豆腐 20 赤みそ(減塩) 4.7 白みそ(減塩) 4.7 郷土料理 「三重県」 中高等部エネルギー 738 kcal 中高等部たんぱく質 30.9 g 小学部エネルギー 590 kcal 小学部たんぱく質 24.7 g					
☆お知らせ☆ 給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等でご確認されるようお願いいたします。 各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量(g(グラム))とともに記入しました(表中の分量は小学校中学年1人分のもです)。		【給食目標】 バランスの良い食事について考えよう 【今月のねらい◎】 栄養バランスのとれた正しい食事のとり方を知る ※ 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。		5 (月) ごはん ほうとう あかうのみりんやはくさいのおかかあえ ギョウにゅう 郷土料理について知る ●ごはん 精白米 70 ●ほうとう 水 150 厚けずり節(かつお) 3.6 豚肉(もも) 12 豚肉(肩) 12 にんじん 15 大根 25 油揚げ 7 赤みそ(減塩) 7 白みそ(減塩) 5 ほうとう(無塩・冷) 70 長ねぎ 20 かぼちゃ 25 ●赤魚のみりん焼き 赤魚みりん漬(切り身) 60 郷土料理 「山梨県」 中高等部エネルギー 707 kcal 中高等部たんぱく質 34.5 g 小学部エネルギー 566 kcal 小学部たんぱく質 27.6 g		6 (火) ごはん とりにくとさつまいものあまからにもやしいため みそしる ギョウにゅう ◎エネルギーのもとになる食品について知る ●ごはん 精白米 90 ●白菜のおかかあえ 白菜 48 もやし 18 小松菜 18 ゆで塩 2.1 しょうゆ 2.1 けずり節(かつお) 0.6 ●とりにくとさつま芋の甘辛煮 油 0.6 にんじん 12 水 適量 酒 0.6 みりん 0.5 砂糖 0.9 しょうゆ 3 むきえだ豆(冷) 6 ゆで塩 適量 揚げ油 適量 さつま芋 48 揚げ油 適量 とり肉(皮つき) 42 しょうが 0.6 しょうゆ 1 片栗粉 7.6 ●もみそ汁 油 0.3 ごぼう 5 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 たまねぎ 20 えのきたけ 10 キャベツ 25 赤みそ(減塩) 4.7 白みそ(減塩) 4.7 中高等部エネルギー 762 kcal 中高等部たんぱく質 25.7 g 小学部エネルギー 609 kcal 小学部たんぱく質 20.5 g		7 (水) むぎごはん きのこのストロガノフ キャベツのスープに ギョウにゅう きのこについて知る ●麦ごはん 精白米 85 米粒麦 10 ●きのこのストロガノフ 油 1.2 豚肉(もも) 24 豚肉(肩) 24 たまねぎ 80 にんじん 25 水 36 粗塩 1 こしょう 0.06 デミグラスソース 14 トマトケチャップ 6 ウスターソース 4.8 しょうゆ 1.2 エリンギ 10 えのきたけ 6 しめじ 12 油 5.6 ●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 0.4 粗塩 0.2 こしょう 0.01 中高等部エネルギー 773 kcal 中高等部たんぱく質 27.2 g 小学部エネルギー 619 kcal 小学部たんぱく質 21.8 g		8 (木) はつごまいごはん ふりかけ しおこうじにくじゃが なまあげのスープ ギョウにゅう ◎体の調子を整える食品について知る ●発芽米ごはん 精白米 80 発芽玄米 10 ●ふりかけ 大根葉(冷) 10 ゆで塩 1 けずり節(かつお) 1 しらす干し(ちりめん) 1 粗塩 0.1 しょうゆ 0.4 ●生揚げのスープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 24 にんじん 12 水 150 キャベツ 24 生揚げ(冷) 24 粗塩 0.7 しょうゆ 1.4 中華スープの素 1.8 長ねぎ 12 チンゲン菜 12 中高等部エネルギー 720 kcal 中高等部たんぱく質 31.7 g 小学部エネルギー 576 kcal 小学部たんぱく質 25.4 g		9 (金) しょくパン ももジャム さつまいものグラタン ジュリエンスープ ギョウにゅう 季節の食品のさつま芋について知る ●食パン 食パン(減塩) 50 ●ももジャム ももジャム 20 ●さつま芋のグラタン 油 0.6 ベーコン 2.4 とり肉(皮なし) 36 たまねぎ 30 にんじん 12 粗塩 0.5 こしょう 0.04 チーズ 7.2 油 4.8 小麦粉 4.8 牛乳 56 粗塩 0.1 マカロニ 11 ゆで塩 0.3 ●ジュリエンスープ 油 0.5 ベーコン 5 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40 水 150 キャベツ 45 粗塩 0.7 こしょう 0.04 スープの素 1.2 パセリ 0.3 中高等部エネルギー 792 kcal 中高等部たんぱく質 30.4 g 小学部エネルギー 633 kcal 小学部たんぱく質 24.3 g	
10月は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。 ○牛乳  10月は、以下の食材について市内産のものを学校給食に取り入れます。 ○きゅうり(14日)  ※天候の影響により、県内産・市内産の食材が納入できない場合もあります		友好都市提携30周年を記念した献立を提供します！ 給食を通して、友好都市への関心を高め、それぞれの国や地域の食文化について味わいながら知ってほしいと思います。 ●沖縄県那覇市に ちなんだ献立 1日(木)  ●韓国富川市に ちなんだ献立 20日(火) 		14 (水) むぎごはん チキンカレー きゅうりのちゅうかづけ ヨーグルト ギョウにゅう 川崎市内産のきゅうりについて知る ●麦ごはん 精白米 85 米粒麦 10 ●チキンカレー 油 0.6 にんにく 0.6 しょうが 0.2 とり肉(皮つき) 30 とり肉(皮なし) 30 粗塩 0.1 こしょう 0.01 白ワイン 1.2 水 96 たまねぎ 72 にんじん 36 粗塩 1.4 ウスターソース 3.6 じゃが芋 60 カレー粉 0.9 油 5.6 ●きゅうりの中華づけ きゅうり(市内産) 50 酢 2.4 砂糖 0.7 しょうゆ 4.5 白いりごま 1.2 ごま油 0.6 ラー油 0.02 ●ヨーグルト ヨーグルト 70 中高等部エネルギー 812 kcal 中高等部たんぱく質 31.1 g 小学部エネルギー 650 kcal 小学部たんぱく質 24.9 g		15 (木) ごはん さばのあまからあげ ごますあえ みそしる ギョウにゅう なめこについて知る ●ごはん 精白米 90 ●さばの甘辛揚げ 揚げ油 適量 さば(切り身) 60 片栗粉 5.7 小麦粉 2.8 水 5.6 砂糖 2 しょうゆ 3.2 みりん 0.2 ●みそ汁 粗塩 0.3 しょうゆ 2.8 白いりごま 0.7 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 豆腐 36 なめこ(冷) 18 赤みそ(減塩) 5.1 白みそ(減塩) 4.6 長ねぎ 12 中高等部エネルギー 821 kcal 中高等部たんぱく質 28.7 g 小学部エネルギー 657 kcal 小学部たんぱく質 23.0 g		16 (金) はちみつロールパン ラザニア コーンクリームスープ ギョウにゅう ラザニアについて知る ●はちみつロールパン はちみつロールパン(減塩) 50 ●ラザニア 油 0.5 ベーコン 2.4 にんにく 0.36 豚ひき肉(もも) 42 たまねぎ 48 にんじん 18 粗塩 0.5 こしょう 0.03 トマト水煮(缶) 18 マッシュルーム(冷) 12 トマトケチャップ 14 ウスターソース 2.4 リボンマカロニ 24 ゆで塩 1.8 油 1.8 小麦粉 1.8 粉チーズ 3.5 ●コーンクリームスープ 油 0.5 ベーコン 3 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 40 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 パセリ 0.3 中高等部エネルギー 818 kcal 中高等部たんぱく質 38.3 g 小学部エネルギー 654 kcal 小学部たんぱく質 30.7 g					
19 (月) かつどん (むぎごはん) けんちんじる ギョウにゅう 物語給食を通してかつ丼を味わう ●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●かつ丼(とんかつ) 揚げ油 適量 豚肉(ヒレ・切身) 50 粗塩 0.3 こしょう 0.04 小麦粉 6 水 4 パン粉 10 ●かつ丼(野菜の卵あん) 水 50 厚けずり節(かつお) 4 酒 1.2 みりん 2.4 砂糖 3 しょうゆ 8 たまねぎ 50 中高等部エネルギー 828 kcal 中高等部たんぱく質 37.1 g 小学部エネルギー 662 kcal 小学部たんぱく質 29.6 g		20 (火) ごはん かんこくふうあじつけのり タッカルビ わかめとコーンのスープ ギョウにゅう タッカルビについて知る ●ごはん 精白米 90 ●韓国風味付けのり 韓国風味付けのり(袋) 2.2 ●タッカルビ 油 0.5 とり肉(皮つき) 70 にんにく 0.3 しょうが 0.3 長ねぎ 4 こしょう 0.02 酒 1 砂糖 1.2 しょうゆ 1.8 にんじん 13 たまねぎ 18 キャベツ 20 さつま芋 10 ゆで塩 1.8 しょうゆ 1.8 ●わかめとコーンのスープ ベーコン 4.8 水 150 にんじん 6 たまねぎ 18 ホールコーン(冷) 24 粗塩 0.8 こしょう 0.02 中華スープの素 1.8 しょうゆ 1.2 片栗粉 1.2 水 6 生わかめ 6 中高等部エネルギー 704 kcal 中高等部たんぱく質 29.7 g 小学部エネルギー 563 kcal 小学部たんぱく質 23.8 g		21 (水) ごはん さけのしおやき ごもくまめ すいもの はっこうにゅう 季節の食品のさけについて知る ●ごはん 精白米 90 ●さけの塩焼き 塩ざけ(切り身) 60 ●五目豆 油 0.6 とり肉(皮つき) 18 にんじん 12 ひじき 1 こんにゃく 8 大豆 19 砂糖 2.2 しょうゆ 4.3 ●はっこう乳 はっこう乳 192.6 ●吸い物 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 かんぴょう 2 中高等部エネルギー 736 kcal 中高等部たんぱく質 36.1 g 小学部エネルギー 589 kcal 小学部たんぱく質 28.8 g		22 (木) きなこパン (はいがコッペパン) カレーシチュー やさいソテー ギョウにゅう 大豆製品のきな粉について知る ●きな粉パン 揚げ油 適量 胚芽コッペパン(減塩) 60 きな粉 3.6 砂糖 6 塩 0.03 ●カレーシチュー 油 0.5 とり肉(皮なし) 40 たまねぎ 35 にんじん 26 粗塩 0.9 じゃが芋 72 水 48 チーズ 3 カレー粉 0.5 牛乳 55 脱脂粉乳 5 米粉 4 ●野菜ソテー 油 0.6 ベーコン 2.4 ゆで塩 12 ホールコーン(冷) 42 ほうれん草 12 ゆで塩 12 粗塩 0.3 こしょう 0.01 中高等部エネルギー 817 kcal 中高等部たんぱく質 33.6 g 小学部エネルギー 654 kcal 小学部たんぱく質 26.9 g		23 (金) ごはん ぶたにくとなまあげのいために やさいスープ みかん ギョウにゅう みかんについて知る ●ごはん 精白米 90 ●豚肉と生揚げの炒め煮 油 1 豚肉(もも) 25 一味唐辛子 0.01 にんじん 15 じゃが芋 30 水 30 生揚げ 70 砂糖 2.2 しょうゆ 7 長ねぎ 20 片栗粉 1.5 水 1 ●みかん みかん 80 ●野菜スープ 油 0.6 とり肉(皮なし) 12 にんじん 15 中高等部エネルギー 750 kcal 中高等部たんぱく質 31.1 g 小学部エネルギー 600 kcal 小学部たんぱく質 24.8 g					
26 (月) ごはん ホキフライ しおだれキャベツ はるさめスープ ギョウにゅう ホキについて知る ●ごはん 精白米 90 ●ホキフライ 揚げ油 適量 ホキフライ 80 ●中濃ソース 中濃ソース 6 ●塩だれキャベツ ごま油 0.4 キャベツ 70 粗塩 0.35 白いりごま 1.4 ●春雨スープ 水 150 厚けずり節(かつお) 3.6 豚肉(もも) 12 豚肉(肩) 12 中高等部エネルギー 794 kcal 中高等部たんぱく質 28.9 g 小学部エネルギー 635 kcal 小学部たんぱく質 23.1 g		27 (火) マーボーどん (むぎごはん) ちゅうかスープ りんご ギョウにゅう 季節の食品のりんごについて知る ●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●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 しょうゆ 1.6 みりん 3.8 トマトケチャップ 13 水 11 赤みそ(減塩) 3.3 豆腐(冷) 85 大豆ミート(小粒) 3 長ねぎ 20 片栗粉 2 水 1 ラー油 0.1 ●中華スープ 水 150 とり肉(皮つき) 26 たけのこ(水煮) 10 にんじん 13 たまねぎ 35 粗塩 0.8 こしょう 0.04 中華スープの素 1.8 しょうゆ 2.6 片栗粉 1.8 水 13 チンゲン菜 13 ●りんご りんご 53.1 塩水 1 中高等部エネルギー 725 kcal 中高等部たんぱく質 31.5 g 小学部エネルギー 580 kcal 小学部たんぱく質 25.2 g		28 (水) ごはん とうふハンバーグのやさいあんかけ きりぼしだいごんのベーコンに みそしる ギョウにゅう ◎体をつくるもとになる食品について知る ●ごはん 精白米 90 ●豆腐ハンバーグの野菜あんかけ 豆腐ハンバーグ 80 水 8 しょうゆ 2.5 みりん 1.2 ●みそ汁 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 片栗粉 24 水 36 赤みそ(減塩) 5.1 白みそ(減塩) 4.6 小松菜 12 ゆで塩 12 ●切り干し大根のベーコン煮 油 0.4 ベーコン 4.8 切り干し大根 8.4 中高等部エネルギー 706 kcal 中高等部たんぱく質 25.2 g 小学部エネルギー 565 kcal 小学部たんぱく質 20.2 g		29 (木) しろパン とりにくのからあげ ひじきのサラダ ドラキュラスープ ギョウにゅう 物語給食を通してドラキュラスープを味わう ●白パン 白パン(減塩) 50 ●とり肉のから揚げ 揚げ油 適量 とり肉(皮つき) 42 とり肉(皮なし) 42 粗塩 0.3 こしょう 0.07 片栗粉 12.6 ●ひじきのサラダ(野菜) ひじき 1 にんじん 12 もやし 19 キャベツ 48 ゆで塩 3 ゆで塩 4 ●ひじきのサラダ(ドレッシング) 酢 2.5 砂糖 1 しょうゆ 3.8 油 1 白いりごま 1 中高等部エネルギー 749 kcal 中高等部たんぱく質 34.6 g 小学部エネルギー 599 kcal 小学部たんぱく質 27.7 g		30 (金) ブルコギどん (むぎごはん) わかめとえのきのスープ てづくりミルクゼリー ギョウにゅう ブルコギについて知る ●麦ごはん 精白米 80 米粒麦 10 ●ブルコギ 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 粗塩 0.8 こしょう 0.02 にんにく 0.3 中華スープの素 1.8 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 水 0.5 油 0.5 たまねぎ 40 にんじん 10 チンゲン菜 13 ●手作りミルクゼリー 粉寒天 0.4 水 15 砂糖 9 牛乳 50 生クリーム 5 ●わかめとえのきのスープ ベーコン 2.6 水 150 とり肉(皮なし) 26 にんじん 13 たまねぎ 26 えのきたけ 1.3 粗塩 0.8 こしょう 0.02 中華スープの素 1.8 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 水 0.5 生わかめ 6 チンゲン菜 13 中高等部エネルギー 786 kcal 中高等部たんぱく質 36.5 g 小学部エネルギー 628 kcal 小学部たんぱく質 29.2 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。													