

月	火	水	木	金
1日 麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳★(乳)	2日 端午の節句の行事食 たけのごはん (しょうゆごはん) めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁 かしわもち 牛乳★(乳)	※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でご確認ください。よろしくお願いいたします。	学校給食レシピとレシピ動画を公開中！ *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。  ▲詳細はこちら	
8日 肉丼 (麦ごはん) 豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳★(乳)	9日 麦ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳★(乳)	10日 麦ごはん パオズ(小) ホイコーロー にらと豆腐のスープ 牛乳★(乳)	11日 麦ごはん とり肉の揚げあえ 春雨の塩炒め たぬき汁 牛乳★(乳)	12日 麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)
15日 ごはん 焼きのり とり肉のしょうが煮 にんじんしりしり* キャベツのみそ汁 牛乳★(乳)	16日 給食休止日	17日 ビビンバ (麦ごはん) 肉団子中華スープ* 牛乳★(乳)	18日 ロールパン★(小) 豚肉のトマトクリーム パスタ(乳)(小) ジュリエンスープ フルーツボンチ 牛乳★(乳)	19日 麦ごはん いかのカレー揚げ もやし炒め 豚汁 牛乳★(乳)
22日 ごはん ハンバーグ(小) ボイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆の ポタージュ(乳)(小) 牛乳★(乳)	23日 麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の炒め煮 春雨スープ 牛乳★(乳)	24日 高野豆腐のそぼろごはん* (麦ごはん) ひじきのサラダ* じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳)	25日 麦ごはん チキンカレー(小) じゃこきゅうり 牛乳★(乳)	26日 麦ごはん ちくわの磯辺揚げ(小) 韓国風肉じゃが* 野菜スープ 牛乳★(乳)
29日 ごはん さばの塩焼き もやしとうま煮 けんちん汁* 牛乳★(乳)	30日 ごはん チキンカツ(小) 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳★(乳)	31日 中華丼(卵) (麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)	学校給食費の口座振替日(納期限) 【第1期】(4・5月分) 6月30日(金) ※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。	

※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、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 22日 ボイル野菜「キャベツ」  
30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。



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)(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。

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、放射能検査結果、学校給食レシピもご覧いただけます。

  
▲詳細はこちら

令和5年 5月分献立表(詳細版)

川崎市北部学校給食センター E献立

※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。

1日(月)	2日(火)	3日(水)	憲法記念日	4日(木)	みどりの日	5日(金)	こどもの日
<b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●生揚げの四川煮</b> 油 0.6 にんにく 0.2 しょうが 0.4 豆板醤 0.4 豚ひき肉(もも) 32 砂糖 1 しょうゆ 2.5 トマトケチャップ 12 水 12 赤みそ 3 生揚げ(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.5 <b>●塩だれ野菜</b> にんじん 10 もやし 25 キャベツ 25 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36 <b>●中華スープ</b> 水 752 kcal エネルギー	麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳 (乳) とり肉(皮なし) 22 たけのこ(水煮) 15 にんじん 10 たまねぎ 30 塩 1.1 ごしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.2 チンゲン菜 5 ごま油 0.6 <b>●しょうゆごはん</b> 精白米 95 しょうゆ 2.5 <b>●たけのこごはんの具</b> 水 12 酒 0.72 砂糖 2.4 塩 0.12 しょうゆ 5.4 とり肉(皮なし) 12 たけのこ(水煮) 30 にんじん 18 油揚げ(冷) 12 さやいんげん(冷) 5 <b>●めかじきのから揚げ</b> 揚げ油 3.5 めかじき(角・澱粉付) 70 <b>●豆腐のすまし汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 2 かんぴょう 10 にんじん 0.8 塩 1.5 しょうゆ 8 なた 4 糸かまぼこ 4 エネルギー 879 kcal たんぱく質 36.9 g	たけのこごはん(しょうゆごはん) めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁 かしわもち 牛乳 (乳) 豆腐(冷) 35 片栗粉 0.6 長ねぎ 8 ほうれん草(冷) 5 <b>●かしわもち</b> かしわもち 40 エネルギー 879 kcal たんぱく質 36.9 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。				
<b>8日(月)</b> 肉井(麦ごはん) 豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳 (乳) <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 にんじん 15 たまねぎ 54 砂糖 3 しょうゆ 8.7 片栗粉 2 さやいんげん(冷) 5 <b>●豆腐のみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 30 たまねぎ 40 豆腐(冷) 7 油揚げ(冷) 5 赤みそ 5 白かめ(冷) 5 エネルギー 852 kcal たんぱく質 34.8 g	麦ごはん ホキフライ 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳 (乳) 小 <b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <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>●きんぴらごぼう</b> 油 0.5 豚肉(もも) 8 豚肉(肩) 8 ごぼう 22 こんにやく 12 にんじん 17 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 みりん 1.3 一味唐辛子 0.01 白いりごま 0.8 ごま油 0.2 <b>●彩りコンソメスープ</b> 油 0.65 とり肉(皮なし) 20 水 15 にんじん 15 エネルギー 845 kcal たんぱく質 31.6 g	麦ごはん パオズ ホイコーロー にとら豆腐のスープ 牛乳 (乳) 小 <b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●パオズ</b> パオズ 50 <b>●ホイコーロー</b> 油 1 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豚肉(もも) 22.5 豚肉(肩) 22.5 酒 1 長ねぎ 10 キャベツ 60 ゆで塩 0.1 しょうゆ 3 テンメンジャン 3 砂糖 1.4 オイスターソース 0.5 ごま油 0.6 豆板醤 0.2 片栗粉 2 ビーマン 5 <b>●にとら豆腐のスープ</b> 水 20 とり肉(皮なし) 20 エネルギー 780 kcal たんぱく質 35.3 g	麦ごはん 肉の揚げあえ 春雨の塩炒め ためき汁 牛乳 (乳) 小 <b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●肉の揚げあえ</b> 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 40 とり肉(皮なし) 40 しょうゆ 1 酒 2 しょうが 0.3 片栗粉 14.4 油 0.3 たまねぎ 15 水 3 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8 <b>●春雨の塩炒め</b> 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 干しいたけ 0.1 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5 <b>●ためき汁</b> ごま油 0.65 ごぼう 15 こんにやく 30 にんじん 16 水 1.1 こんぶ 0.6 厚けずり節 6 大根 15 えのきたけ(冷) 13 赤みそ 5 白みそ 5 長ねぎ 10 エネルギー 849 kcal たんぱく質 36.3 g	麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト 牛乳 (乳) <b>●麦ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8 <b>●ドライカレー</b> 油 1.3 豚ひき肉(もも) 45 赤ワイン 2.6 たまねぎ 70 にんじん 38 トマト水煮 10 砂糖 0.5 塩 1.1 ウスターソース 3.5 しょうゆ 2.5 カレー粉 1 ゆで大豆 10 大豆ミート(小粒) 8 片栗粉 1.4 ビーマン 5 <b>●ベジタブルスープ</b> 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 塩 0.02 ごしょう 0.02 エネルギー 874 kcal たんぱく質 39.8 g	スープの素 1.2 じゃが芋 35 片栗粉 0.6 さやいんげん(冷) 5 <b>●いちごヨーグルト</b> いちごヨーグルト 100		

15日(月)	ごはん 焼きのり とり肉のしょうが煮 にんじんしりしり キャベツのみそ汁 牛乳	16日(火)	給食休止日		17日(水)	ピビンバ(麦ごはん) 肉団子中華スープ 牛乳	18日(木)	ロールパン 豚肉のトマトクリームパスタ ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳	19日(金)	麦ごはん いかのカレー揚げ もやし炒め 豚汁 牛乳
● <b>ごはん</b> 精白米 100	キャベツ 45 油揚げ(冷) 8 えのきたけ(冷) 5 ● <b>焼きのり</b> 焼きのり(袋)(1/8切5枚) 1.25 ● <b>とり肉のしょうが煮</b> とり肉(皮なし) 80 水 1 酒 3.6 砂糖 5.4 しょうゆ 0.9 しょうが 30 たまねぎ 1.8 片栗粉 5 ● <b>にんじんしりしり</b> まぐろフレーク 22 にんじん 40 砂糖 0.8 塩 0.2 しょうゆ 1 白いりごま 1.4 ● <b>キャベツのみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 20 たまねぎ 20 エネルギー 797 kcal たんぱく質 39.6 g			● <b>麦ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8 ● <b>ピビンバ(肉)</b> 油 0.6 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 4 たけのこ(水煮・細切) 20 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4 片栗粉 0.6 ● <b>ピビンバ(野菜)</b> もやし 35 にんじん 15 ほうれん草(冷) 10 ゆで塩 1 ごま油 0.1 塩 0.45 みりん 0.1 白いりごま 0.7 白すりごま 0.7 ● <b>肉団子中華スープ</b> エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	● <b>ロールパン</b> ロールパン 60 ● <b>豚肉のトマトクリームパスタ</b> 油 0.02 にんにく 1.3 エリンギ(冷) 2.4 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 3 たまねぎ 1.2 にんじん 5 チーズ 0.5 トマト水煮 24 トマトケチャップ 3 塩 0.8 こしょう 0.05 水 2.4 小麦粉 2.4 調理用牛乳 48 ペンネマカロニ 24 ゆで塩 3.6 ● <b>ジュリエンスープ</b> 油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 25 エネルギー 859 kcal たんぱく質 32.9 g	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 ● <b>いかのカレー揚げ</b> 揚げ油 3.5 いか 70 酒 0.85 塩 0.15 片栗粉 10.8 水 7 酒 1.5 みりん 1.3 砂糖 3 しょうゆ 3 カレー粉 0.3 ● <b>もやし炒め</b> 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 0.4 塩 0.02 こしょう 0.6 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5 ● <b>豚汁</b> エネルギー 808 kcal たんぱく質 36.2 g				
● <b>ごはん</b> 精白米 100	ハンバーグ 40 ポイル野菜 60 和風ドレッシング 2.4 白いんげん豆のポターージュ 牛乳 3	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 ● <b>あじの香味ソース</b> 揚げ油 3 塩あじ(切り身・澱粉付) 60 油 0.1 にんにく 0.36 しょうが 0.9 水 3.6 砂糖 1.8 みりん 0.45 しょうゆ 3 豆板醤 0.04 酢 0.6 ごま油 0.22 ● <b>切り干し大根の炒め煮</b> 油 0.5 とり肉(皮なし) 7 にんじん 10 切り干し大根 4.5 油揚げ(冷) 7 水 3 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 さやいんげん(冷) 5 ● <b>春雨スープ</b> エネルギー 752 kcal たんぱく質 33.1 g	● <b>高野豆腐のそぼろごはん</b> 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 酒 1.3 みりん 2.3 砂糖 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5 ● <b>ひじきのサラダ</b> ひじき 0.8 にんじん 10 キャベツ 30 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 1.7 酢 0.7 砂糖 2 しょうゆ 3 水 0.3 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4 ● <b>じゃが芋のみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 1 かんぴょう 1.4 たまねぎ 30 じゃが芋 45 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 小松菜 5	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8 ● <b>チキンカレー</b> 油 0.7 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 47 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 白ワイン 1.5 炒めたまねぎ(冷) 14 にんじん 32 水 50 じゃが芋 12 トマト水煮 2 カラメルソース 6.5 小麦粉 1 カレー粉 1.4 塩 0.03 こしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース 4 ● <b>じゃこきゅうり(じゃこ)</b> ごま油 0.3 しらす干し 3 ● <b>じゃこきゅうり(きゅうり)</b> エネルギー 793 kcal たんぱく質 32.2 g	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 ● <b>ちくわの磯辺揚げ</b> 揚げ油 6.5 焼きちくわ 50 小麦粉 5 あおさ 0.3 ● <b>韓国風肉じゃが</b> 油 0.5 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 こんにやく 18 にんじん 14 たまねぎ 23 水 45 じゃが芋 0.4 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5 にんにく 0.18 コチジャン 1.2 ごま油 0.5 長ねぎ 3 白いりごま 1.8 ● <b>野菜スープ</b> エネルギー 845 kcal たんぱく質 33.7 g					
● <b>ごはん</b> 精白米 100	ハンバーグ 80 ポイル野菜 5 和風ドレッシング 7 ウスターソース 1.5 ● <b>ポイル野菜</b> もやし 18 キャベツ(市内産) 29 にんじん 8 ゆで塩 ● <b>和風ドレッシング</b> 和風ドレッシング(袋) 8.8 ● <b>白いんげん豆のポターージュ</b> 油 0.6 ベーコン 2.4 とり肉(皮なし) 24 たまねぎ 30 にんじん 12 塩 1 こしょう 0.04 水 25 じゃが芋 25 エネルギー 896 kcal たんぱく質 36.8 g	● <b>高野豆腐のそぼろごはん</b> 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 酒 1.3 みりん 2.3 砂糖 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5 ● <b>ひじきのサラダ</b> ひじき 0.8 にんじん 10 キャベツ 30 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 1.7 酢 0.7 砂糖 2 しょうゆ 3 水 0.3 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4 ● <b>じゃが芋のみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 1 かんぴょう 1.4 たまねぎ 30 じゃが芋 45 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 小松菜 5	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8 ● <b>チキンカレー</b> 油 0.7 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 47 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 白ワイン 1.5 炒めたまねぎ(冷) 14 にんじん 32 水 50 じゃが芋 12 トマト水煮 2 カラメルソース 6.5 小麦粉 1 カレー粉 1.4 塩 0.03 こしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース 4 ● <b>じゃこきゅうり(じゃこ)</b> ごま油 0.3 しらす干し 3 ● <b>じゃこきゅうり(きゅうり)</b> エネルギー 793 kcal たんぱく質 32.2 g	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 ● <b>ちくわの磯辺揚げ</b> 揚げ油 6.5 焼きちくわ 50 小麦粉 5 あおさ 0.3 ● <b>韓国風肉じゃが</b> 油 0.5 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 こんにやく 18 にんじん 14 たまねぎ 23 水 45 じゃが芋 0.4 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5 にんにく 0.18 コチジャン 1.2 ごま油 0.5 長ねぎ 3 白いりごま 1.8 ● <b>野菜スープ</b> エネルギー 845 kcal たんぱく質 33.7 g						

29日(月)	ごはん さばの塩焼き もやしのうま煮 けんちん汁 牛乳	30日(火)	ごはん チキンカツ 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳	31日(水)	中華丼(妻ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト 牛乳
● <b>ごはん</b> 精白米 100	長ねぎ 10	● <b>ごはん</b> 精白米 100	にんじん 15 塩 0.9 ごしよ 0.04	● <b>妻ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8	ごしよ 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 20 長ねぎ 10 片栗粉 0.6 わかめ(冷) 10 ラー油 0.1 ごま油 0.5
● <b>さばの塩焼き</b> 塩さば(切り身) 60		● <b>チキンカツ</b> 揚げ油 9.1 チキンカツ 70	スープの素 0.6 キャベツ 25 トマト(市内産) 26 トマト水煮 4 トマトケチャップ 2.5	● <b>中華丼</b> 油 0.6 豚肉(もも) 22 豚肉(肩) 22 にんじん 22 たけのこ(水煮) 15 たまねぎ 35 キャベツ 65 塩 1.2 砂糖 0.65 がらスープ 0.3 オイスターソース 0.3 しょうゆ 1.7 なた 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 ごま油 0.6	● <b>ヨーグルト</b> ヨーグルト 80
● <b>もやしのうま煮</b> 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 にら 4		● <b>中濃ソース</b> 中濃ソース(袋) 8		● <b>ピリ辛わかめスープ</b> 油 0.6 にんにく 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10 水 10 もやし 20 塩 0.9	
● <b>けんちん汁</b> 油 0.5 とり肉(皮なし) 25 ごぼう 15 にんじん 15 こんにやく 20 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり筋 25 じゃが芋 0.5 塩 0.5 豆腐(冷) 36 しょうゆ 3.6		● <b>じゃが芋と豆のサラダ</b> じゃが芋 25 きゅうり 8 たまねぎ 10 ゆで塩 10 まぐろフレーク 10 ミックスビーンズ 10 酢 0.9 砂糖 0.2 塩 0.27 ごしよ 0.01 ドレッシング 5 (マヨネーズタイプ卵不使用)		● <b>ミネストローネ</b> 油 0.6 にんにく 0.36 セロリ 1.5 ベーコン 4.5 たまねぎ 35	
エネルギー 827 kcal	たんぱく質 34.7 g	エネルギー 861 kcal	たんぱく質 30.6 g	エネルギー 832 kcal	たんぱく質 35.1 g

【令和5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
ホキフライ	ホキフライ			○
パオズ	パオズ			○
いちごヨーグルト	いちごヨーグルト	○		
ロールパン	ロールパン			○
豚肉のトマトクリームパスタ	ペンネマカロニ			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
チキンカツ	デミグラスソース			○
ヨーグルト	ヨーグルト	○		○

※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、いか、ごま、さば、大豆、とり肉、豚肉、オレンジ、もも、りんご、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。

※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