

月	火	水	木	金
8月28日	29日	30日	31日	9月1日
ごはん 赤しそふりかけ とり肉のしょうが煮 ツナサラダ 豆腐のすまし汁 牛乳★(乳) 757kcal 36.5g	トマトそぼろごはん (麦ごはん) いかの吉野揚げ* 寒天の中華スープ 牛乳★(乳) 836kcal 42.4g	麦ごはん チキン ストロガノフ(乳)⓪ キャベツのスープ煮 牛乳★(乳) 861kcal 30.9g	キムチビビンバ (麦ごはん) 青菜と豆腐のスープ 牛乳★(乳) 798kcal 35.0g	麦ごはん さばのカレー揚げ じゃが芋の和風あえ みそ野菜スープ 牛乳★(乳) 891kcal 32.7g
4日	5日	6日	7日	8日
中華丼(卵) (麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ぶどう 牛乳★(乳) 789kcal 33.0g	麦ごはん かつおの磯風味 根菜のごまサラダ 豚肉となすのみそ汁 牛乳★(乳) 813kcal 40.0g	麦ごはん ミートボールカレー⓪ きゅうりの中華揚げ* ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳) 876kcal 30.5g	麦ごはん 赤魚のてり焼き 肉じゃが 豆腐のみそ汁 牛乳★(乳) 790kcal 38.0g	麦ごはん 揚げぎょうざ⓪ 生揚げのオイスター炒め 野菜スープ 牛乳★(乳) 827kcal 32.1g
11日	12日	13日	14日	15日
麦ごはん ハンバーグ⓪ ボイル野菜 和風ドレッシング カレーシチュー(乳)⓪ 牛乳★(乳) 901kcal 37.8g	麦ごはん さけの塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのみそ汁 牛乳★(乳) 784kcal 36.0g	麦ごはん とり肉のにらソース 切り干し大根の ベーコン煮* 中華スープ 牛乳★(乳) 841kcal 36.6g	肉丼 (麦ごはん) ごま酢あえ とうがんスープ 牛乳★(乳) 785kcal 35.1g	ツナそぼろごはん* (麦ごはん) 肉野菜炒め もずくスープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳) 841kcal 33.7g
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>学校給食レシビと レシビ動画を公開中!</p> <p>*がついた料理 はレシビを紹介し ています。</p>  <p>詳細はこちら▶</p> </div>				
19日	20日	21日	22日	23日
ごはん まぐろのみそがらめ* もやし炒め けんちん汁* 牛乳★(乳) 767kcal 39.5g	ロールパン★⓪ ポテトの クリーム煮(乳)⓪ ミネストローネ フルーツポンチ 牛乳★(乳) 842kcal 30.5g	ごはん チンジャオロースー 韓国風サラダ 春雨の中華スープ 牛乳★(乳) 751kcal 31.7g	ごはん メンチカツ⓪ 中濃ソース ハムとキャベツのソテー じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳) 872kcal 28.8g	
25日	26日	27日	28日	29日
麦ごはん とり肉のレモンじょうゆ 塩だれ野菜 沢煮焼 牛乳★(乳) 792kcal 33.5g	麦ごはん 蒸ししゅうまい⓪ チャプチェ わかめとコーンのスープ ミニフィッシュ 牛乳★(乳) 786kcal 28.3g	麦ごはん あじの香味ソース 五自豆 豚汁 牛乳★(乳) 791kcal 39.6g	麦ごはん チキンカレー⓪ ボイル野菜 ごまドレッシング 牛乳★(乳) 881kcal 32.4g	お月見の行事食 こぎつねごはん* (しょうゆごはん) かれいのたつた揚げ 芋煮汁 月見団子 牛乳★(乳) 894kcal 36.5g


※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳、とうがんです。  
 ※市内産の野菜  
 9月5日 豚肉となすのみそ汁「なす」  
 (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。)  
 ※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  
 などをご確認いただくようお願いいたします。  
 ※★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、小麦)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




小麦



※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、学校給食レシビ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2期】(6月分)  
7月31日(月)

【第3期】(7月分)  
8月31日(木)

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

令和5年 8・9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。

8月 28日(月)	ごはん 赤しそふりかけ とり肉のしょうが煮 ツナサラダ 豆腐のすまし汁 牛乳	29日(火)	トマトそばごはん(麦ごはん) いかの吉野揚げ 寒天の中華スープ 牛乳	30日(水)	麦ごはん チキンストロガノフ キャベツのスープ煮 牛乳	31日(木)	キムチピビンバ(麦ごはん) 青菜と豆腐のスープ 牛乳	9月 1日(金)	麦ごはん さばのカラー揚げ じゃが芋の和風あえ みそ野菜スープ 牛乳
● <b>ごはん</b> 精白米 105	厚けずり節(かつお) 6 にんにく 10 塩 0.7 しょうゆ 1.5 なたと 8	● <b>麦ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8	水 0.8 こんにやく寒天 0.8 キャベツ 30 塩 0.9 しょうゆ 1.7 ごしょう 0.03	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8	こしょう 0.02 しょうゆ 0.3	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8	白すりごま 0.8	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8	にんにく 15 キャベツ 15 水 0.24 塩 1.3 がらスープ 1.2 しょうゆ 20 もやし 7 赤みそ 10 ごま油 0.3 ほうれん草(冷) 5 片栗粉 1.5
● <b>赤しそふりかけ</b> 赤しそ(粉) 1.32	豆腐(冷) 35 わかめ(冷) 10 長ねぎ 8	● <b>トマトそば</b> 油 0.6 にんにく 0.3 しょうが 0.5 豆板醤 0.2 豚ひき肉(もも) 40 たまねぎ 20 トマト水煮 20 みりん 2.4 砂糖 3.4 しょうゆ 7.2 大豆ミート(大粒) 8	● <b>チキンストロガノフ</b> 油 0.7 とり肉(皮つき) 70 赤ワイン 4 たまねぎ 42 にんにく 30 水 30 炒めたたまねぎ(冷) 21 トマト水煮 5 塩 1.1 こしょう 0.07 デミグラスソース 16 トマトケチャップ 6.5 ウスターソース 5.2 しょうゆ 1.3 小麦粉 6.4 油 5.3 生クリーム 2.5	● <b>キムチピビンバ(肉)</b> 油 0.65 にんにく 0.21 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	● <b>青菜と豆腐のスープ</b> ベーコン 4 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 7 にんにく 10 水 1.2 豆腐(冷) 30 塩 1 こしょう 0.04 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 チンゲン菜 5	● <b>さばのカラー揚げ</b> 揚げ油 3 さば(切り身・澱粉付) 60 水 7 酒 1.2 みりん 1 砂糖 1 しょうゆ 2.4 カレー粉 0.24	● <b>じゃが芋の和風あえ</b> じゃが芋 56 にんにく 8 ごま油 0.4 ひじき 0.4 しょうゆ 2.8 酒 2.1 みりん 2.1 むきえだ豆(冷) 5 けずり節 0.8	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25	
● <b>とりに肉のしょうが煮</b> とり肉(皮なし) 80	水 1 酒 3.2 砂糖 4.8 しょうゆ 0.9 たまねぎ 30 片栗粉 1.8	● <b>いかの吉野揚げ</b> 揚げ油 5 いか 60 酒 1.5 塩 0.25 片栗粉 10.2	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キムチピビンバ(野菜)</b> もやし 30 にんにく 12 ほうれん草(冷) 12 ゆで塩 0.2 ごま油 1.3 砂糖 2 しょうゆ 3 ラー油 0.02 白いりごま 0.8	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25
● <b>ツナサラダ</b> 切り干し大根 5.5 ホールコーン(冷) 7 きゅうり 11 ゆで塩 10 まぐろフレーク 1 しょうゆ 6 ドレッシング(マヨネーズタイプ卵不使用) 0.02 粗びき黒こしょう	● <b>豆腐のすまし汁</b> 水 0.6 こんぶ	● <b>寒天の中華スープ</b> 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 20 にんにく 10	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キャベツのスープ煮</b> 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんにく 3.9 スープの素 0.4 塩 0.36	● <b>キムチピビンバ(野菜)</b> もやし 30 にんにく 12 ほうれん草(冷) 12 ゆで塩 0.2 ごま油 1.3 砂糖 2 しょうゆ 3 ラー油 0.02 白いりごま 0.8	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25	● <b>みそ野菜スープ</b> 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 25 たまねぎ 25
エネルギー 757 kcal	たんぱく質 36.5 g	エネルギー 836 kcal	たんぱく質 42.4 g	エネルギー 861 kcal	たんぱく質 30.9 g	エネルギー 798 kcal	たんぱく質 35.0 g	エネルギー 891 kcal	たんぱく質 32.7 g
4日(月)	中華丼(麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ぶどう 牛乳	5日(火)	麦ごはん かつおの磯風味 根菜のごまサラダ 豚肉となすのみそ汁 牛乳	6日(水)	麦ごはん ミートボールカレー きゅうりの中華つけ ヨーグルト 牛乳	7日(木)	麦ごはん 赤魚のてり焼き 肉じゃが 豆腐のみそ汁 牛乳	8日(金)	麦ごはん 揚げぎょうざ 生揚げのオイスター炒め 野菜スープ 牛乳
● <b>麦ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8	こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 20 長ねぎ 8 片栗粉 0.6 わかめ(冷) 10 ラー油 0.1 ごま油 0.5	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8	なす(市内産) 10 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豆腐(冷) 15 赤みそ 5 白みそ 5 さやいんげん(冷) 5	● <b>麦ごはん</b> 精白米 102 米粒麦 8	ごま油 0.6 ラー油 0.2 白いりごま 1.2	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8	厚けずり節(かつお) 6 かんぴょう 3 豆腐(冷) 40 油揚げ(冷) 8 赤みそ 5 白みそ 5 わかめ(冷) 8 長ねぎ 10	● <b>麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8	キャベツ 25 水 1 塩 0.04 こしょう 1.3 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 にら 5 ごま油 0.6
● <b>中華丼</b> 油 0.6 豚肉(もも) 22 豚肉(肩) 22 にんにく 20 たけのこ(水煮) 8 たまねぎ 40 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 なたと 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 ごま油 0.6	● <b>ぶどう</b> ぶどう 48	● <b>かつおの磯風味</b> 揚げ油 3.5 かつお(角・澱粉付) 70 水 5.8 砂糖 1.6 しょうゆ 3.5 みりん 1 しょうが 0.4 あおさ 0.14	● <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 40 じゃが芋 12 トマト水煮 2 カラメルソース 2 塩 1.4 こしょう 0.03 しょうゆ 2 ウスターソース 4 小麦粉 6.5 カレー粉 1 肉団子 40	● <b>ヨーグルト</b> ヨーグルト 100	● <b>赤魚のてり焼き</b> 赤魚(冷凍・切り身) 70 酒 0.5 水 2 砂糖 1.3 しょうゆ 2.6 みりん 1.3 片栗粉 0.3	● <b>肉じゃが</b> 油 0.8 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 こんにやく 14 にんにく 20 たまねぎ 20 水 50 酒 0.4 砂糖 2 しょうゆ 5 さやいんげん(冷) 5	● <b>揚げぎょうざ</b> 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60 片栗粉 1.3 にら 5 ごま油 0.6	● <b>生揚げのオイスター炒め</b> 油 0.4 にんにく 0.4 しょうが 0.4 豚肉(もも) 16 豚肉(肩) 16 にんにく 8 しめじ 8 生揚げ(冷) 40 長ねぎ 8 塩 0.04 オイスターソース 2.4 しょうゆ 2.2 酒 2.2 砂糖 0.7 片栗粉 1.1	
● <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 にんにく 10 水 20 もやし 20 塩 0.9	● <b>根菜のごまサラダ</b> チキンフレーク 12 ごぼう 10 にんにく 5 切り干し大根 3 ホールコーン(冷) 5 むきえだ豆(冷) 3 ゆで塩 10 ごまドレッシング 1 白すりごま 1	● <b>豚肉となすのみそ汁</b> 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 25	● <b>きゅうりの中華つけ</b> きゅうり 42 酢 2.4 砂糖 0.7 しょうゆ 4 しょうゆ 0.7	● <b>豆蔵のみそ汁</b> こんぶ 0.6	● <b>豆蔵のみそ汁</b> こんぶ 0.6	● <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 25	● <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 25	● <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 25	● <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 25
エネルギー 789 kcal	たんぱく質 33.0 g	エネルギー 813 kcal	たんぱく質 40.0 g	エネルギー 876 kcal	たんぱく質 30.5 g	エネルギー 790 kcal	たんぱく質 38.0 g	エネルギー 827 kcal	たんぱく質 32.1 g

11日(月)	麦ごはん ハンバーグ ポイル野菜 和風ドレッシング カレーシチュー 牛乳	12日(火)	麦ごはん さけの塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのみそ汁 牛乳	13日(水)	麦ごはん とり肉のらソース 切り干し大根のベーコン煮 中華スープ 牛乳	14日(木)	肉井(麦ごはん) ごま酢あえ とうがんとスープ 牛乳	15日(金)	ツナそぼろごはん(麦ごはん) 肉野菜炒め もずくスープ ヨーグルト 牛乳
<b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●ハンバーグ</b> ハンバーグ 80 炒めたまねぎ(冷) 7.5 デミグラスソース 4 トマトケチャップ 5.6 ウスターソース 1.2 <b>●ポイル野菜</b> にんじん 10 キャベツ 25 もやし 25 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>●カレーシチュー</b> 油 0.6 とり肉(皮つき) 30 たまねぎ 30 にんじん 20 塩 1.1 じゃが芋 50 チーズ 6 水 エネルギー 901 kcal たんぱく質 37.8 g	<b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●さけの塩焼き</b> 塩ざけ(切り身) 60 <b>●じゃが芋のそぼろ煮</b> 油 0.3 一味唐辛子 0.01 豚ひき肉(もも) 20 にんじん 15 たまねぎ 20 砂糖 1.3 しょうゆ 4.3 片栗粉 1 じゃが芋 60 ゆで塩 むきえだ豆(冷) 5 <b>●キャベツのみそ汁</b> 水 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 かんぴょう 1.5 たまねぎ 20 キャベツ 40 油揚げ(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 エネルギー 784 kcal たんぱく質 36.0 g	<b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8 <b>●とり肉のらソース</b> 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 40 とり肉(皮なし) 40 酒 1.2 塩 0.4 こしょう 0.03 片栗粉 12 ごま油 0.4 しょうが 0.7 たまねぎ 12 水 13 みりん 1.3 砂糖 2 しょうゆ 3.9 いら 6 <b>●切り干し大根のベーコン煮</b> 油 0.4 ベーコン 5 切り干し大根 6 にんじん 12 水 こんぶ 0.1 厚けずり節(かつお) 1.2 砂糖 0.6 エネルギー 841 kcal たんぱく質 36.6 g	しょうゆ 2.9 みりん 1.2 むきえだ豆(冷) 5 <b>●中華スープ</b> 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たけのこ(水煮) 10 にんにく 15 たまねぎ 30 塩 1 こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.5 片栗粉 2 チンゲン菜 1 ごま油 0.6 <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 こんぶやく 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 <b>●ごま酢あえ</b> 切り干し大根 3 もやし 26 きゅうり 13 ホールコーン(冷) 8 ゆで塩 酢 1 砂糖 1.2 塩 0.24 しょうゆ 2 白いりごま 0.5 エネルギー 785 kcal たんぱく質 35.1 g	<b>●麦ごはん</b> 精白米 97 米粒麦 8 <b>●とうがんとスープ</b> 水 20 とり肉(皮なし) 12 水 36 とうがんとスープ 46 がらスープ 2 塩 1.1 こしょう 0.01 砂糖 0.36 しょうゆ 1.2 チンゲン菜 5 <b>●肉野菜炒め</b> 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 たまねぎ 15 もやし 22 キャベツ 23 塩 0.5 こしょう 0.01 ゆで塩 0.4 片栗粉 1 ビーマン 5 パブリカ(赤) 5 <b>●もずくスープ</b> エネルギー 841 kcal たんぱく質 33.7 g					
18日(月)	敬老の日	19日(火)	ごはん まぐろのみそがらめ もやし炒め けんちん汁 牛乳	20日(水)	ロールパン ポテトのクリーム煮 ミネストローネ フルーツポンチ 牛乳	21日(木)	ごはん チンジャオロースー 韓国風サラダ 春雨の中華スープ 牛乳	22日(金)	ごはん メンチカツ 中濃ソース ハムとキャベツのソテー じゃが芋のみそ汁 牛乳
※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>●ごはん</b> 精白米 100 <b>●まぐろのみそがらめ</b> 揚げ油 3.5 まぐろ(角・澱粉付) 70 水 5 しょうが 0.2 しょうゆ 0.2 赤みそ 4 砂糖 2 みりん 1 <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 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5 <b>●けんちん汁</b> 油 0.5 とり肉(皮なし) 18 ごぼう 10 にんじん 15 エネルギー 767 kcal たんぱく質 39.5 g	<b>●ロールパン</b> ロールパン 60 <b>●ポテトのクリーム煮</b> 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 30 たまねぎ 30 にんじん 15 塩 0.9 チーズ 0.04 水 5 ベンネマカロニ 12 調理用牛乳 55 豆乳 5.4 油 4.5 小麦粉 4.5 じゃが芋 60 ゆで塩 ほうれん草(冷) 5 <b>●ミネストローネ</b> 油 0.6 にんにく 0.36 セロリ 1.6 ベーコン 4.5 たまねぎ 25 にんじん 15 塩 0.9 エネルギー 842 kcal たんぱく質 30.5 g	こしょう 0.04 水 0.6 スープの素 25 キャベツ 25 トマト水煮 2.5 トマトケチャップ 10 ミックスピーンズ 10 <b>●フルーツポンチ</b> ミックスフルーツ 60 野菜入りゼリー 40 <b>●ごはん</b> 精白米 105 <b>●チンジャオロースー</b> 油 0.6 にんにく 0.36 しょうが 0.6 豚肉(もも) 27 豚肉(肩) 27 酒 1.2 たけのこ(水煮・細切) 24 砂糖 2 しょうゆ 3 豆板醤 0.12 塩 0.1 片栗粉 0.9 ビーマン 10 <b>●韓国風サラダ</b> もやし 30 にんじん 5 茎わかめ(冷) 5 チンゲン菜 10 ゆで塩 0.9 酢 0.7 しょうゆ 1.5 赤みそ 2.4 コチジャン 0.5 ごま油 0.8 白いりごま 1.2 <b>●春雨の中華スープ</b> 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 30 にんじん 15 水 5 春雨 20 キャベツ 20 塩 0.9 こしょう 0.03 しょうゆ 1.7 がらスープ 1.3 キャベツ 0.6 塩 0.1 しょうゆ 0.01 スープの素 0.3 <b>●ハムとキャベツのソテー</b> 油 0.5 ポークハム 10 にんじん 10 キャベツ 50 塩 0.1 こしょう 0.01 スープの素 0.3 <b>●じゃが芋のみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 10 えのきたけ(冷) 25 たまねぎ 45 じゃが芋 4.8 赤みそ 4.8 白みそ 5 小松菜 5 エネルギー 751 kcal たんぱく質 31.7 g	<b>●ごはん</b> 精白米 100 <b>●メンチカツ</b> 揚げ油 10.4 メンチカツ 80 <b>●中濃ソース</b> 中濃ソース(袋) 8 <b>●ハムとキャベツのソテー</b> 油 0.5 ポークハム 10 にんじん 10 キャベツ 50 塩 0.1 こしょう 0.01 スープの素 0.3 <b>●じゃが芋のみそ汁</b> 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 10 えのきたけ(冷) 25 たまねぎ 45 じゃが芋 4.8 赤みそ 4.8 白みそ 5 小松菜 5 エネルギー 872 kcal たんぱく質 28.8 g					

25日(月)	麦ごはん 鶏肉のレモンじょうゆ 塩だれ野菜 沢煮焼 牛乳	26日(火)	麦ごはん 蒸ししゅうまい チャプチェ わかめとコーンのスープ ミニフィッシュ 牛乳	27日(水)	麦ごはん あじの香味ソース 五目豆 豚汁 牛乳	28日(木)	麦ごはん チキンカレー ポイル野菜 ごまドレッシング 牛乳	29日(金)	こぎつねごはん(しょうゆごはん) かれのいたつた揚げ 芋煮汁 月見団子
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 切り干し大根 4 にんじん 15 酒 0.5 塩 0.8 しょうゆ 2 さやいんげん(冷) 5	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	ベーコン 2.4 水 12 とり肉(皮なし) 12 にんじん 10 たまねぎ 25 ホールコーン(冷) 15 塩 0.8 こしょう 0.02 がらすープ 1.3 しょうゆ 1.5 片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 にんじん 15 とうがん 30 じゃが芋 25 豆腐(冷) 35 赤みそ 5.5 白みそ 5 長ねぎ 5	●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 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) 18 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 5.2 油 5.8 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 7	●しょうゆごはん 精白米 9.5 しょうゆ 2.5	こぎつねごはん(しょうゆごはん) かれのいたつた揚げ 芋煮汁 月見団子
●とり肉のレモンじょうゆ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 酒 1.2 塩 0.3 片栗粉 10.5 水 6 砂糖 5 しょうゆ 10 たまねぎ 3 パプリカ(赤) 3 レモン果汁(冷) 3	●蒸ししゅうまい しゅうまい 54	●チャプチェ にんにく 0.5 油 0.2 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 塩 0.1 こしょう 0.01 オイスターソース 1 たまねぎ 20 しょうゆ 1 砂糖 0.3 酒 0.3 もやし 15 にんじん 8 キャベツ 15 春雨 6 にら 3 しょうゆ 3.6 砂糖 0.6 白いりごま 0.5 ごま油 0.5	●あじの香味ソース 塩あじ(冷・切身) 60 塩 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 片栗粉 0.36	●五目豆 油 0.6 とり肉(皮つき) 10 にんじん 15 ひじき 1 こんにゃく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4	●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 7 にんじん 15 キャベツ 30	●ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4	●こぎつねごはんの具 水 2 酒 1.2 砂糖 4.3 塩 0.12 しょうゆ 6 かんぴょう 2 油揚げ(冷) 24 にんじん 25 酢 4.3 さやいんげん(冷) 7 ゆで塩 1.4 白いりごま 1.4	●月見団子 月見団子 30	
●塩だれ野菜 にんじん 10 きゅうり 8 キャベツ 42 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.4	●沢煮焼 水 0.6 こんぶ	●わかめとコーンのスープ わかめ 28.3	●ミニフィッシュ ミニフィッシュ(袋) 5	●豚汁 油 0.5	●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 7 にんじん 15 キャベツ 30	●ボイル野菜 ホールコーン(冷) 7 にんじん 15 キャベツ 30	●かれのいたつた揚げ 揚げ油 3 かれのいたつた 60	●芋煮汁 水 0.6 厚けずり節(かつお) 4 とり肉(皮つき) 10 とり肉(皮なし) 10 ごぼう 10 にんじん 20	お月見の行事食
エネルギー 792 kcal たんぱく質 33.5 g	エネルギー 786 kcal たんぱく質 28.3 g	エネルギー 791 kcal たんぱく質 39.6 g	エネルギー 881 kcal たんぱく質 32.4 g	エネルギー 894 kcal たんぱく質 36.5 g					

【令和5年8・9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
チキンストロガノフ	デミグラスソース			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
揚げぎょうざ	野菜ぎょうざ			○
ロールパン	ロールパン			○
ポテトのクリーム煮	ペンネマカロニ			○
メンチカツ	メンチカツ			○
蒸ししゅうまい	しゅうまい			○

※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、さけ、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