

月	火	水	木	金
<p><b>保護者の皆様へのご願い</b></p> <p>本市では、令和3年4月から、学校給食費を市の予算に計上し管理する「学校給食費の公会計」制度を導入しています。食材料費を「学校給食費」として保護者の皆様にご負担いただいておりますので、期日までのお支払いにご理解、ご協力をお願いいたします。</p>		<p><b>令和6年度の口座振替日（納期限）</b></p> <p>【第1期】（4・5月分） 7月 1日                  【第2期】（6月分） 7月 31日                  【第3期】（7月分） 9月 2日                  【第4期】（8・9月分） 9月 30日                  【第5期】（10月分） 10月 31日</p>		<p>12日</p> <p>麦ごはん 生揚げの四川煮* じゃこきゅうり 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>770kcal 32.0g</p>
<p>15日</p> <p>麦ごはん まぐろのみそがらめ* 切り干し大根の炒め煮 もずくスープ 牛乳★(乳)</p> <p>763kcal 39.8g</p>	<p>16日</p> <p>麦ごはん ポークカレー(小) キャベツのスープ煮 牛乳★(乳)</p> <p>857kcal 30.1g</p>	<p>17日</p> <p>麦ごはん ちくわのかば焼き もやし炒め 豚汁 牛乳★(乳)</p> <p>779kcal 28.3g</p>	<p>18日</p> <p>麦ごはん ハンバーグ(小) ポイル野菜 イタリアンドレッシングあえ 白いんげん豆のポタージュ(乳)(小) 牛乳★(乳)</p> <p>907kcal 32.5g</p>	<p>19日</p> <p>給食休止日</p>
<p>22日</p> <p>麦ごはん 揚げぎょうざ(小) 八宝菜(卵) ピリ辛わかめスープ 牛乳★(乳)</p> <p>823kcal 32.1g</p>	<p>23日</p> <p>チキンクリーム ライス(乳)(小) （ごはん） ひじきのサラダ* 牛乳★(乳)</p> <p>848kcal 30.1g</p>	<p>24日</p> <p>ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼろ 豆腐のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>825kcal 30.9g</p>	<p>25日</p> <p>黒コッパン★(小) パンネのトマトソース(小) ベジタブルスープ 牛乳★(乳)</p> <p>808kcal 32.1g</p>	<p>26日</p> <p>入学・進級祝いの行事食 ごはん ザンギ 根菜のごまサラダ 春雨スープ みかんゼリー★ 牛乳★(乳)</p> <p>896kcal 35.0g</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でご確認ください。よろしくお願いいたします。</p>		<p><b>学校給食レシピとレシピ動画を公開中！</b></p> <p>学校給食のレシピやレシピ動画を紹介します。『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>



### 中学校給食のコンセプト

日常生活に近い食器を使用し、その取扱いを学ぶため、飯碗と角切り皿は磁器製です。

樹脂製より破損しやすいため、ていねいに扱ってください。

**中学校給食の目指す姿…みんなで創る「健康給食」**

- とにかく「美味しい」中学校給食  
【重点取組項目】
  - 「国産食材」にこだわる  
「主要食材（米、肉、野菜など）国産率100%」
  - 和風の天然だしなど、薄味でおいしい味付けの工夫など
- 自然と「健康」になる中学校給食  
【重点取組項目】
  - 年間を通した1食平均で「国産野菜125g」が摂れる
  - 米飯給食90%以上、「和」の食生活が自然と身につく「健康給食」
  - 適量がわかりやすい食器のデザイン（ご飯盛り付けラインの表示）など
- みんなが「大好きな」中学校給食
  - 人気ランキングを定期的に募集して、献立に反映
  - 生徒と保護者からレシピを募集して、優秀作品は給食献立に採用など

### 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。

※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  
18日 ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ 「キャベツ」（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。

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6年4月分献立表(詳細版)

川崎市北部学校給食センター E献立

◎給食目標「中学校の給食について知ろう」

※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。

献立名の下段に献立のねらいを記載しています。◎印の献立は、給食目標に即したねらいの献立です。

15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)	
麦ごはん まぐろのみそがらめ 切り干し大根の炒め煮 もずくスープ 牛乳 (乳)		麦ごはん ポークカレー キャベツのスープ煮 牛乳 (乳)小		麦ごはん ちくわのかば焼き もやし炒め 豚汁 牛乳 (乳)小		麦ごはん ハンバーグ ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ 白いんげん豆のポターージュ 牛乳 (乳)小		麦ごはん 生揚げの四川煮 じゃこきゅうり 野菜スープ 牛乳 (乳)	
もずくについて知る		カレーについて知る		麦ごはんについて知る		「かわさきそだち」のキャベツを味わう		給食休止日	
<b>●麦ごはん</b> 精白米 92 米粒麦 8  <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>●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 7 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 さやいんげん(冷) 5  <b>●もずくスープ</b> 水 10 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 10 エネルギー 763 kcal	豚肉(肩) 10 にんじん 10 たまねぎ 20 たけのこ(水煮・細切) 15 塩 0.8 こしょう 0.03 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 チンゲン菜 5 もずく 10  じゃが芋 50 トマト水煮 8 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 油 5.2 小麦粉 5.8 カレー粉 1  油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんじん 6 エネルギー 857 kcal	スープの素 0.4 塩 0.36 こしょう 0.02 しょうゆ 0.3  <b>●ポークカレー</b> 油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 炒めたまねぎ(冷) 21 たまねぎ 42 にんじん 32 水 30 じゃが芋 50 トマト水煮 8 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 油 5.2 小麦粉 5.8 カレー粉 1  油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんじん 6 エネルギー 857 kcal	塩 0.4 こしょう 0.02 しょうゆ 0.3  <b>●ちくわのかば焼き</b> 揚げ油 2.5 焼きちくわ 50 片栗粉 7.5 水 4 砂糖 2.2 しょうゆ 3.2 みりん 0.2  <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 0.3 塩 0.02 こしょう 0.6 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5 チンゲン菜 5  <b>●豚汁</b> 油 0.6 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 エネルギー 779 kcal	ごぼう 15 にんじん 15 大根 25 水 25 じゃが芋 35 豆腐(冷) 5.5 赤みそ 5.5 白みそ 5 長ねぎ 5  <b>●ハンバーグ</b> ハンバーグ 80 油 0.5 たまねぎ 10 水 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>●ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ</b> にんじん 10 ホールコーン(冷) 20 キャベツ(市内産) 30 ゆで塩 8 イタリアンドレッシング 8  <b>●白いんげん豆のポターージュ</b> 油 0.6 ベーコン 6 たまねぎ 30 にんじん 12 塩 1 こしょう 0.04 水 30 じゃが芋 30 エネルギー 907 kcal	ごま油 0.6 <b>●野菜スープ</b> 油 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 15 水 0.2 もやし 0.4 キヤベツ 0.4 塩 23 こしょう 0.04 がらスープ 2.5 しょうゆ 12 片栗粉 12 水 3 大豆ミート(小粒) 3 生揚げ(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.5  <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> きゅうり 42 ゆで塩 1.4 酢 0.6 砂糖 1.8 しょうゆ 1.8 エネルギー 770 kcal	たんぱく質 39.8 g	たんぱく質 30.1 g	たんぱく質 28.3 g	たんぱく質 32.0 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200ccです。

22日(月)	麦ごはん 揚げぎょうざ 八宝菜 ピリ辛わかめスープ 牛乳 (卵)(乳)(小)	23日(火)	チキンクリームライス(ごはん) ひじきのサラダ 牛乳 (乳)(小)	24日(水)	ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 牛乳 (乳)	25日(木)	黒コッペパン ベンネのトマトソース ベジタブルスープ 牛乳 (乳)(小)	26日(金)	ごはん ザンギ 根菜のごまサラダ 春雨スープ みかんゼリー 牛乳 (乳)								
◎配り方表を確認して配膳する		◎センター給食の和え物について知る		◎食器の置き方を知る		◎給食のパンについて知る		ザンギについて知る									
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	水 20 もやし 0.9 塩 0.02 こしょう 1.3 がらすープ 2.4 しょうゆ 20 豆腐(冷) 5 長ねぎ 0.6 片栗粉 10 油 0.5 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 10 たけのこ(水煮) 20 たまねぎ 10 キャベツ 60 塩 0.7 こしょう 0.02 砂糖 0.15 がらすープ 0.15 オイスターソース 0.15 しょうゆ 0.9 片栗粉 1 うずら卵(水煮) 20	●ごはん 精白米 105 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4	●チキンクリームライス 油 0.7 ベーコン 1 とり肉(皮つき) 50 たまねぎ 65 にんじん 20 にんにく 1.4 こしょう 0.06 チーズ 5 水 28 油 7 小麦粉 8.4 調理用牛乳 72.3 豆乳 10 さやいんげん(冷) 5	●さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60	●きんぴらごぼう 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 1.5 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	●黒コッペパン 黒コッペパン 60	スープの素 1.3 じゃが芋 30 ミックスビーンズ 15 片栗粉 0.65 さやいんげん(冷) 5	●ごはん 精白米 100 豚肉(肩) 8 たまねぎ 26 しょうゆ 35 にんじん 3 みりん 1 しょうゆ 4.8 こしょう 0.06 片栗粉 12.6	●揚げぎょうざ 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60	●八宝菜 油 0.5 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 10 たけのこ(水煮) 20 たまねぎ 10 キャベツ 60 塩 0.7 こしょう 0.02 砂糖 0.15 がらすープ 0.15 オイスターソース 0.15 しょうゆ 0.9 片栗粉 1 うずら卵(水煮) 20	●ピリ辛わかめスープ 油 0.6 にんにく 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10	●ごはん 精白米 100 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 しょうが 0.7 にんにく 0.3 みりん 1 しょうゆ 4.8 こしょう 0.06 片栗粉 12.6	●ザンギ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 しょうが 0.7 にんにく 0.3 みりん 1 しょうゆ 4.8 こしょう 0.06 片栗粉 12.6	●根菜のごまサラダ まぐろフレーク 12 ごぼう 8 にんじん 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 3 ごまドレッシング 10 白すりごま 1	●みかんゼリー みかんゼリー 40	●春雨スープ 水 0.6 こんにやく 4 厚けずり節(かつお) 8 豚肉(もも) 8	入学・進級祝い の行事食
エネルギー 823 kcal	たんぱく質 32.1 g	エネルギー 848 kcal	たんぱく質 30.1 g	エネルギー 825 kcal	たんぱく質 30.9 g	エネルギー 808 kcal	たんぱく質 32.1 g	エネルギー 896 kcal	たんぱく質 35.0 g								

29日(月)	昭和の日	30日(火)	高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん) 塩だれ野菜 じゃが芋のみそ汁 牛乳 (乳)
◎献立に見合ったはしやスプーンを用意する		◎献立に見合ったはしやスプーンを用意する	
●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 36 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 大豆ミート(小粒) 3	●高野豆腐のそぼろごはん 油揚げ(冷) 8 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 わかめ(冷) 8	●塩だれ野菜 にんじん 5 もやし 40 きゅうり 15 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36
●じゃが芋のみそ汁 水 0.6 こんにやく 6 厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 30	エネルギー 770 kcal	たんぱく質 31.8 g	

【令和6年4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			○
ベンネのトマトソース	ベンネマカロニ			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
	デミグラスソース			○
揚げぎょうざ	野菜ぎょうざ			○

※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、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