

月	火	水	木	金
学校給食費の口座振替日 (納期限) 【第1期】(4・5月分) 7月1日(月) 【第2期】(6月分) 7月31日(水) ※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。	高野豆腐のそぼろごはん* (麦ごはん) じゃこきゅうり たまねぎのみそ汁 牛乳★(乳) 780kcal 32.9g	麦ごはん あじフライ(小) 中濃ソース ポークビーンズ* ベジタブルスープ 牛乳★(乳) 877kcal 32.5g	麦ごはん 夏野菜のカレー(小) キャベツのスープ煮* 牛乳★(乳) 862kcal 31.3g	七タの行事食 麦ごはん とり肉の揚げあえ 磯香あえ 七タ汁 牛乳★(乳) 781kcal 30.7g
ロールパン★(小) ミートパスタ(小) キャベツと コーンのスープ フルーツ白玉 牛乳★(乳) 790kcal 29.3g	麦ごはん ちくわのかば焼き 塩だれ野菜 豚汁 牛乳★(乳) 775kcal 28.9g	麦ごはん パオズ(小) スタミナ炒め 生揚げのスープ 牛乳★(乳) 777kcal 33.4g	ごはん さばの塩焼き カレー肉じゃが かんぴょうのみそ汁 牛乳★(乳) 856kcal 32.9g	マーボー丼 (麦ごはん) 野菜スープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳) 822kcal 36.0g
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 を紹介してい ます。 ▲詳細はこちら	麦ごはん てり焼きハンバーグ スパゲッティ バジルソース(小) ミネストローネ 牛乳★(乳) 859kcal 30.9g	ごはん ぶりのつけ揚げ もやし炒め かきたまスープ(卵) 牛乳★(乳) 840kcal 37.3g	チキンクリーム ライス(乳)(小) (ターメリックライス) ひじきのサラダ* 牛乳★(乳) 862kcal 30.4g	※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 どでご確認いただくようお 願いたします。 ※★のついているものは、学校 に直接配送されます。

献立コンクールを実施します!

応募
テーマ

私の考える「健康給食」

～これからの100年に向けて川崎の子どもたちに伝えていきたい献立～

○応募方法: 応募用紙に必要事項を記入し、中学校へ提出

○応募資格: 市立中学校在籍の生徒・保護者

○応募締切: 令和6年8月28日(水)

○審査基準

【生徒部門】

- ・主食、主菜、副菜、汁物がそろった1食分の献立
- ・栄養バランスがとれていること

【保護者部門】

- ・「副菜」1品分の料理

※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳です。とうがんは
県内を含む複数の産地より調達します。

※「かわさきそだち」(市内産)の野菜

2日 たまねぎのみそ汁 「たまねぎ」

8日 ミートパスタ 「たまねぎ」

キャベツとコーンのスープ 「たまねぎ」

16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。)

※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。

※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。COLORS
FUTURE
ACTIONS
KAWASAKI 100th献立づくりを通じて
川崎を知って、関わって、
好きになろう

【生徒部門・保護者部門共通】

- ・応募テーマに沿った献立又は料理であること
- ・コンセプトが明確であり、献立又は料理に反映されていること
- ・加熱を基本とした献立又は料理であること
- ・大量調理に適した献立又は料理であること
- ・これからの100年に向けて川崎の子どもたちに伝えていきたい
理由がきちんと記載されていること
- ・自分が住んでいるまちをアピールする内容が含まれていること

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。

※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

15日(月)	海の日	16日(火)	17日(水)	18日(木)
		妻ごはん ぶり焼きハンバーグ スパゲッティバジルソース ミネストローネ 牛乳	ごはん ぶりのつけ揚げ もやし炒め かきたまスープ 牛乳	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 牛乳
		「かわさきそだち」のトマトについて知る	卵の流通について知る	◎酢の効果を知る
		● 妻ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ● ぶり焼きハンバーグ ハンバーグ 80 水 5 砂糖 1.8 しょうゆ 3 みりん 2 片栗粉 0.6 ● スパゲッティバジルソース 油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 5 炒めたまねぎ(冷) 12.5 塩 0.2 こしょう 0.02 バジルペースト 1.2 スパゲッティ 20 じゃが芋 20 ゆで塩 0.3 ● ミネストローネ 油 0.6 にんにく 0.36 セロリ 1.5 ベーコン 4.5 エネルギー 859 kcal	● ごはん 精白米 100 ● ぶりのつけ揚げ 揚げ油 3.5 ぶり(角・澱粉付) 70 水 3.2 砂糖 1.6 しょうゆ 3.2 みりん 1.6 ● もやし炒め 油 0.5 ベーコン 3.6 たまねぎ 12 にんにく 6 もやし 50 ゆで塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5 ビーマン 5 ● かきたまスープ 水 20 とり肉(皮なし) 10 にんにく 0.8 塩 1.3 がらスープ 1.3 エネルギー 840 kcal	● ターメリックライス 精白米 105 油 1 ターメリック 0.06 ● 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 にんにく 20 塩 1.4 こしょう 0.06 チーズ 5 水 28 エリンギ 8 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 ● ひじきのサラダ ひじき 0.8 ホールコーン(冷) 7 にんにく 10 キャベツ 28 むきえだ豆(冷) 5 ゆで塩 1.4 酢 1.4 エネルギー 862 kcal
		たんぱく質 30.9 g	たんぱく質 37.3 g	たんぱく質 30.4 g

【令和6年7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
あじフライ	あじフライ			○
パオズ	パオズ			○
ロールパン	ロールパン			○
ミートパスタ	ペンネマカロニ			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
スパゲッティバジルソース	スパゲッティ			○

※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

※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、桃、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。