

月	火	水	木	金
<p>節分の行事食</p> <p>麦ごはん</p> <p>いわしのかば焼き*</p> <p>もやし炒め</p> <p>豚汁</p> <p>いり大豆</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>796kcal 33.8g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>キーマカレー ①</p> <p>ひじきのサラダ*</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>826kcal 30.1g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>春巻き ①</p> <p>とり肉の甘酢炒め</p> <p>卵スープ ②</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>846kcal 33.7g</p>	<p>かながわ産品学校給食デー</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉と春雨のすき焼き煮</p> <p>キャベツの塩こんぶあえ</p> <p>大根のとりみ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>773kcal 33.4g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>ハンバーグ</p> <p>おろしソース①</p> <p>じゃが芋の和風あえ</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>794kcal 30.5g</p>
<p>冬野菜のマーボー丼</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>わかめスープ</p> <p>ぼんかん</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>747kcal 31.0g</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。ようお願いいたします。</p> <p>※★のついているものは、学校に直接配送されます。</p>	<p>麦ごはん</p> <p>肉じゃが</p> <p>根菜のごまサラダ</p> <p>春雨スープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>805kcal 29.9g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>ホキフライ ①</p> <p>中濃ソース</p> <p>塩だれ野菜</p> <p>白いんげん豆のポタージュ ②</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>908kcal 31.0g</p>	<p>小松菜入りそぼろごはん</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>磯香あえ</p> <p>さつま汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>779kcal 35.1g</p>
<p>ブルコギ丼</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>白菜スープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>801kcal 36.4g</p>	<p>ロールパン★①</p> <p>ミートパスタ ①</p> <p>ベジタブルスープ</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>862kcal 36.3g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>五目豆</p> <p>沢煮椀</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>832kcal 34.1g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>とり肉の揚げあえ</p> <p>カルシウム</p> <p>たっぷりサラダ ②</p> <p>かんぴょうのみそ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>871kcal 34.7g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>蒸ししゅうまい ①</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>青菜と豆腐のスープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>784kcal 30.9g</p>
<p>献立コンクール</p> <p>保護者部門最優秀賞</p> <p>宮崎中学校 保護者の 柿本 勝米さんが考案した 副菜を提供します。</p> <p>〈テーマ〉旬の野菜ですって もっと健康に!</p> <p>〈副菜〉小松菜と厚揚げの煮浸し</p>	<p>麦ごはん</p> <p>とり肉のしょうが煮</p> <p>ボイル野菜</p> <p>和風ドレッシングあえ</p> <p>カレーすいとん ①</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>807kcal 39.8g</p>	<p>ごはん</p> <p>ちくわの磯辺揚げ ①</p> <p>小松菜と厚揚げの煮浸し</p> <p>保護者部門最優秀賞</p> <p>眞だくさん!</p> <p>ちゃんこなべ風スープ*</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>825kcal 29.3g</p>	<p>チキンクリーム</p> <p>ライス ②①</p> <p>(ターメリックライス)</p> <p>キャベツのスープ煮*</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>862kcal 30.1g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>ぶりの塩こうじから揚げ</p> <p>ピリ辛白菜</p> <p>たまねぎのみそ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>846kcal 32.1g</p>

## 学校給食レシピ動画を新たに公開します!

\*がついた料理のほか、学校給食で提供しているレシピとレシピ動画を公開中です。新たにカレークリームスパゲッティ、ヨーリンチー、切り干し大根のゴマヨササラダのレシピ動画を2月中旬に公開します。

『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。



詳細はこちら

## 【かながわ産品学校給食デー】6日(木)

県内産の食材の活用を通して、県内の農林水産物への理解を深めるとともに食べ物の成り立ちを理解し、大切に作る心を育てることに繋げ、食育の推進を図ることを目的として実施する献立です。

この日の県内産食材は、米、キャベツ、大根、牛乳の予定です。

## 学校給食費の口座振替日(納期表)

【第8期】(1月分)

1月31日(金)

【第9期】(2・3月分)

2月28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。

キャベツと大根は県内産を指定し、小松菜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

5日 卵スープ「ほうれん草」

7日 ハンバーグおろしソース「大根」

26日 小松菜と厚揚げの煮浸し「小松菜」

(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。



果菜ちゃんのイラストのある日は「かわさきそだち」の使用日です。

## 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。



詳細はこちら

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。

令和7年 2月分献立表(詳細版)

◎給食目標「地産地消について考えよう」

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。

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。

3日(月)		麦ごはん いわしのかば焼き もやし炒め 豚汁 いり大豆 牛乳		4日(火)		麦ごはん キーマカレー ひじきのサラダ 牛乳		5日(水)		麦ごはん 春巻き とり肉の甘酢炒め 卵スープ 牛乳		6日(木)		ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 キャベツの塩こんぶあえ 大根のどろみ汁 牛乳		7日(金)		麦ごはん ハンバーグおろしソース じゃが芋の和風あえ 白菜のみそ汁 牛乳			
		【献立のねらい】 節分について知る				ひじきの栄養を知る				◎「かわさきそだち」のほうれん草を味わう				◎神奈川県産の食材を味わう				◎「かわさきそだち」の大根を味わう			
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8		にんじん 15 大根 20 こんにやく 10 水 25 じゃが芋 30 豆腐(冷) 5.5 赤みそ 5.5 白みそ 5 長ねぎ 5 ●いり大豆 いり大豆(袋) 8		●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8		砂糖 0.7 しょうゆ 3 油 0.7 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4		●春巻き 揚げ油 2 春巻き 50		こしょう 0.04 がらスープ 1.3 ホールコーン(冷) 22 コンビニユール(冷) 18 片栗粉 1.2 卵 18 ほうれん草(市内産) 9 ゆで塩 1		●ごはん 精白米 105 厚けずり節(かつお) 4 とり肉(皮つき) 20 大根 35 しょうゆ 1.7 塩 0.8 豆腐(冷) 35 片栗粉 2 ほうれん草(冷) 10		●ハンバーグおろしソース ハンバーグ 80 水 5 砂糖 1 しょうゆ 3 大根(市内産) 14 酢 0.6 みりん 2 片栗粉 0.4		●じゃが芋の和風あえ じゃが芋 56 にんじん 8 ゆで塩 0.4 ごま油 0.4 ひじき 2.8 しょうゆ 2.1 酒 2.1 みりん 2.1 むきえだ豆(冷) 5 けずり節(かつお) 0.5		●白菜のみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 6			
●もやし炒め 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 0.6 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5		節分の行事食		●キーマカレー 油 1.3 にんにく 0.6 しょうが 0.6 豚ひき肉(もも) 37 たまねぎ 80 にんじん 30 水 1.7 塩 4.3 ウスターソース 45 じゃが芋 9 大豆ミート(小粒) 1 カレー粉 5.2 油 5.8 小麦粉 5 さやいんげん(冷) 5 ゆで塩 1.4 酢 1		●ひじきのサラダ ひじき 0.8 ホールコーン(冷) 10 にんじん 10 キャベツ 20 むきえだ豆(冷) 5 ゆで塩 1 酢 1		●とり肉の甘酢炒め ごま油 0.5 しょうが 0.2 とり肉(皮つき) 70 塩 0.2 こしょう 0.01 酒 1.5 しょうゆ 1.5 たまねぎ 25 にんじん 10 酢 4 砂糖 2.7 塩 0.1 トマトケチャップ 6 片栗粉 0.7		●卵スープ 油 0.5 ベーコン 4 たまねぎ 30 水 1 塩 0.6 こんぶ 1		●大根のどろみ汁 水 0.6 こんぶ 1		●キャベツの塩こんぶあえ キャベツ 52 にんじん 8 ゆで塩 0.5 ごま油 0.3 塩 1.3 けずり節(かつお) 0.5		かながわ産品 学校給食デー		●白菜のみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 6		●白菜のみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 6	
エネルギー 796 kcal		たんぱく質 33.8 g		エネルギー 826 kcal		たんぱく質 30.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 33.7 g		エネルギー 773 kcal		たんぱく質 33.4 g		エネルギー 794 kcal		たんぱく質 30.5 g			

10日(月)		冬野菜のマーボー丼(麦ごはん) わかめスープ ぼんかん 牛乳		11日(火)		建国記念の日		12日(水)		麦ごはん 肉じゃが 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳		13日(木)		麦ごはん ホキフライ 中濃ソース 塩だれ野菜 白いんげん豆のポターージュ 牛乳		14日(金)		小松菜入りそぼろごはん(麦ごはん) 磯香あえ さつま汁 牛乳					
		旬の果物「ぼんかん」を味わう				じゃが芋の産地を知る				ポターージュを味わう				さつま汁について知る									
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8		塩 0.8 こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.5 片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13		●冬野菜のマーボー丼 油 0.5 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豆腐(冷) 0.3 豚ひき肉(もも) 24 大豆ミート(小粒) 4.8 大根 30 砂糖 1.3 しょうゆ 5 トマトケチャップ 7 水 7 赤みそ 6.2 豆腐(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.6 小松菜 8 ごま油 0.4 ラー油 0.3		●ぼんかん ぼんかん 27		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8		こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10 塩 1 こしょう 0.02 しょうゆ 1.2 春雨 5 片栗粉 0.6 ほうれん草(冷) 10		●肉じゃが 油 0.8 豚肉(もも) 17 豚肉(肩) 17 こんにやく 15 にんじん 22 たまねぎ 22 水 55 じゃが芋 0.4 酒 2.2 砂糖 5.5 しょうゆ 6 さやいんげん(冷) 6		●ホキフライ 揚げ油 9.1 ホキフライ 70		●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8		●塩だれ野菜 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		●小松菜入りそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.6 豚ひき肉(もも) 50 大豆ミート(小粒) 4 にんじん 12 酒 1.2 砂糖 3 しょうゆ 6.7 小松菜 10 ごま油 0.6		●磯香あえ もやし 35 にんじん 8 ほうれん草(冷) 12 ゆで塩 2.7 しょうゆ 0.3 きざみのり 0.3	
●わかめスープ ベーコン 2.4 水 20 とり肉(皮なし) 15 にんじん 30 たまねぎ 30				※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。				●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6 ベーコン 6 たまねぎ 40 にんじん 15 塩 1 こしょう 0.04 水 20 じゃが芋 34 白いんげん豆ペースト(冷) 34		●さつま汁 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 4 油 0.5 とり肉(皮つき) 18				●さつま汁 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 4 油 0.5 とり肉(皮つき) 18									
エネルギー 747 kcal		たんぱく質 31.0 g		エネルギー 805 kcal		たんぱく質 29.9 g		エネルギー 908 kcal		たんぱく質 31.0 g		エネルギー 779 kcal		たんぱく質 35.1 g		エネルギー 779 kcal		たんぱく質 35.1 g					

17日(月)	ブルコギ丼(麦ごはん) 白菜スープ 牛乳		乳	18日(火)	ロールパン ミートパスタ ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳		乳小	19日(水)	麦ごはん さばの塩焼き 五目豆 沢煮 牛乳		乳	20日(木)	麦ごはん とり肉の揚げあえ カルシウムたっぷりサラダ かんぴょうのみそ汁 牛乳		乳	21日(金)	麦ごはん 蒸ししょうまい 肉野菜炒め 青菜と豆腐のスープ 牛乳		乳小																												
旬の食品「白菜」を味わう				マカロニについて知る				さばについて知る				カルシウムを多く含む食品を知る				小松菜の栄養を知る																															
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 がらスープ 1.3 しょうゆ 1 片栗粉 1.2				●ロールパン ロールパン 60 じゃが芋 35 ミックスピーンズ 15 片栗粉 0.6 さいいんげん(冷) 3 ●ミートパスタ 油 0.4 にんにく 0.24 豚ひき肉(もも) 45 たまねぎ 55 にんじん 15 塩 0.48 こしょう 0.04 トマト水煮 15 トマトピューレ 10 トマトケチャップ 9 ウスターソース 2 リボンマカロニ 30 ゆで塩 1.2 油 1.2 小麦粉 1.2				●フルーツポンチ ミックスフルーツ 60 野菜入りゼリー 40				●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60 ●五目豆 油 0.6 とり肉(皮つき) 10 にんじん 15 ひじき 1 こんにやく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4 ●沢煮 牛乳 水 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 大根 30 にんじん 15 酒 0.5 塩 0.8 しょうゆ 2 小松菜 5				●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●かんぴょうのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 5 かんぴょう 25 豆腐(冷) 4.8 赤みそ 4.8 白みそ 10 長ねぎ 6 わかめ(冷) 6				●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●蒸ししょうまい しょうまい 54 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 小松菜 10 ●肉野菜炒め 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 にんじん 8 たまねぎ 15 もやし 22 キャベツ 15 塩 0.5 こしょう 0.01 しょうゆ 0.4 片栗粉 1 チンゲン菜 5 ●青菜と豆腐のスープ 油 0.5 ベーコン 4 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10				水 30 豆腐(冷) 1 塩 0.04 こしょう 1.3 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 小松菜 10																							
●白菜スープ 油 0.5 ベーコン 2.5 とり肉(皮なし) 25 にんじん 10 しめじ 6 水 60 白菜 0.8 塩 0.03				●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮つき) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 こしょう 0.02 スープの素 1.2				エネルギー 801 kcal				たんぱく質 36.4 g				エネルギー 862 kcal				たんぱく質 36.3 g				エネルギー 832 kcal				たんぱく質 34.1 g				エネルギー 871 kcal				たんぱく質 34.7 g				エネルギー 784 kcal				たんぱく質 30.9 g			
24日(月)	振替休日			25日(火)	麦ごはん とり肉のしょうがが煮 ポイル野菜和風ドレッシングあえ カレーすいとん 牛乳			乳小	26日(水)	ごはん ちくわの磯辺揚げ 小松菜と厚揚げの煮浸し 具だくさん! ちゃんこなべ風スープ 牛乳			乳小	27日(木)	チキンクリームライス(ターメリックライス) キャベツのスープ煮 牛乳			乳小	28日(金)	麦ごはん ぶりの塩こうじから揚げ ピリ辛白菜 たまねぎのみそ汁 牛乳			乳																								
				すいとんの由来を知る				献立コンクール保護者部門の料理を味わう				ターメリックについて知る				新献立 ピリ辛白菜を味わう																															
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●とり肉のしょうがが煮 とり肉(皮なし) 80 水 1 酒 3.2 しょうゆ 4.8 しょうが 0.9 たまねぎ 30 片栗粉 1.8				●ポイル野菜 和風ドレッシングあえ にんじん 10 ホールコーン(冷) 15 キャベツ 35 ゆで塩 6 和風ドレッシング 0.06				●カレーすいとん 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 たまねぎ 20				●ごはん 精白米 100 ●ちくわの磯辺揚げ 揚げ油 6.5 焼きちくわ 50 小麦粉 5 あおさ 0.3 水 10 ●小松菜と厚揚げの煮浸し 水 0.2 こんぶ 2.4 厚けずり節(かつお) 0.7 砂糖 1.5 みりん 0.3 塩 2 しょうゆ 8 にんじん 30 生揚げ(冷) 8 しめじ 13 小松菜(市内産) 0.3 ゆで塩 0.3 片栗粉 0.3				●具だくさん! ちゃんこなべ風スープ 水 0.3 こんぶ 2 厚けずり節(かつお) 2				●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 にんじん 20 塩 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 ほうれん草(冷) 5 ●キャベツのスープ煮 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんじん 6 スープの素 0.4 塩 0.36 こしょう 0.02 しょうゆ 0.3				●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●ぶりの塩こうじから揚げ 揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6 ●ピリ辛白菜 油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2 ●たまねぎのみそ汁 水 0.6 こんぶ 0.6				厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 45 豆腐(冷) 36 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 10																			
エネルギー 807 kcal				たんぱく質 39.8 g				エネルギー 825 kcal				たんぱく質 29.3 g				エネルギー 862 kcal				たんぱく質 30.1 g				エネルギー 846 kcal				たんぱく質 32.1 g																			

【令和7年2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
カレーすいとん	すいとん(冷)			○
ハンバーグおろしソース	ハンバーグ			○
ホキフライ	ホキフライ			○
春巻き	春巻き			○
ロールパン	ロールパン			○
ミートパスタ	リボンマカロニ			○
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、ごま、さば、大豆、とり肉、豚肉、桃、りんご、オレンジ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