

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。

月	火	水	木	金
<p>【かながわ産品学校給食デー】 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、大切にすること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、長ねぎ、牛乳の予定です。</p>				
<p>学校給食のレシピとレシピ動画を公開中！</p> <p>*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。</p>  <p>▲詳細はこちら</p>				
<p>4日</p> <p>かながわ産品学校給食デー</p> <p>ごはん 銀ひらすの ゆずみそかけ ごまあえ けんちん汁* 牛乳(乳) 769kcal 35.5g</p>	<p>5日</p> <p>ごはん 豆腐ハンバーグ(小) コーンソテー 長ねぎの ポタージュ(乳) 牛乳(乳) 880kcal 34.0g</p>	<p>6日</p> <p>さつまいごごはん (もちごはん) ごま塩 ちくわの磯辺揚げ(小) 煮びたし みそ汁 牛乳(乳) 764kcal 25.9g</p>	<p>7日</p> <p>麦ごはん チキンストロガノフ (乳)(小) ポイル野菜 ごまドレッシング 牛乳(乳) 900kcal 29.8g</p>	<p>1日</p> <p>ごはん 蒸ししゅうまい(小) 野菜炒め 卵スープ(卵) 牛乳(乳) 832kcal 31.4g</p>
<p>11日</p> <p>ごはん とり肉のから揚げ* チャブチェ わかめと コーンのスープ 牛乳(乳) 883kcal 34.0g</p>	<p>12日</p> <p>ごはん すき焼き煮 もやし炒め みそ汁 みかん 牛乳(乳) 813kcal 32.4g</p>	<p>13日</p> <p>麦ごはん 冬野菜のカレー(小) 白菜としめじの スープ煮 牛乳(乳) 836kcal 31.2g</p>	<p>14日</p> <p>ごはん ししゃものから揚げ* 三色ナムル 豆腐チゲ 牛乳(乳) 805kcal 32.7g</p>	<p>8日</p> <p>ツナそぼろごはん* (麦ごはん) 白菜のおかかあえ お事汁 牛乳(乳) 837kcal 35.1g</p>
<p>18日</p> <p>ごはん あじフライ(小) 切り干し大根の ベーコン煮* 春雨の中華スープ 牛乳(乳) 889kcal 31.6g</p>	<p>19日</p> <p>ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 牛乳(乳) 771kcal 32.5g</p>	<p>20日</p> <p>ピラフ (ごはん) カレーチキン ポトフ 牛乳(乳) 824kcal 33.7g</p>	<p>21日</p> <p>冬至の行事食</p> <p>ごはん ふりかけ 赤魚のみりん焼き ほうとう(小) りんご 牛乳(乳) 802kcal 35.4g</p>	<p>15日</p> <p>きな粉パン*(小) クリームシチュー*(乳) ポイル野菜 和風ドレッシング 牛乳(乳) 777kcal 32.5g</p>
				<p>22日</p> <p>ごはん 生揚げの四川煮* 大根ときゅうりの 中華づけ 青菜ときこのスープ 牛乳(乳) 854kcal 37.8g</p>

- ★県内産の食材は、米（他県産とのブレンド）、牛乳です。小松菜、大根は、県内産を指定して調達します。
 - ★市内産の野菜
 - 4日 ごまあえ「キャベツ」
けんちん汁「大根」「長ねぎ」
 - 5日 長ねぎのポタージュ「長ねぎ」
 - 6日 さつまいごごはん「さつまい」
 - 8日 お事汁「大根」
 - 13日 冬野菜のカレー「大根」
 - 20日 ポトフ「大根」
 - 22日 生揚げの四川煮「長ねぎ」
大根ときゅうりの中華づけ「大根」
- (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。

かわさきそだちの
PRキャラクター
菜果(さいか)ちゃん



学校給食費の口座振替日(納期限)

【第6期】(11月分) 11月30日(木)

【第7期】(12月分) 1月4日(木)

※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。



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。

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12月分献立表 給食回数 16回 川崎市立中学校 自校合築校

1日(金)		4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)	
ごはん 蒸しゆうまい 野菜炒め 卵スープ 牛乳		ごはん 銀ひらすのゆずみそかけ ごまあえ けんちん汁 牛乳		ごはん 豆腐ハンバーグ コーンソテー 長ねぎのポタージュ 牛乳		さつま芋ごはん(もちごはん) ごま塩 ちくわの磯辺揚げ 煮びたし みそ汁 牛乳		麦ごはん チキンストロガノフ ポイル野菜 ごまドレッシング 牛乳	
卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小	
● ごはん 精白米 105	粗塩 0.8 こしょう 0.04 ホールコーン(冷凍) 20 コーンピューレ(冷凍) 20	● ごはん 精白米 105	水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 大根(市内産) 20 里芋 26 粗塩 0.6 しょうが 1 豆腐 39 しょうゆ 3.5 長ねぎ(市内産) 13	● ごはん 精白米 105	水 60 じゃが芋 60 調理用牛乳 50 米粉 3.9 生クリーム 3.6 バセリ 0.3	● さつま芋ごはん 精白米 80 もち米 10 さつま芋(市内産) 40 酒 3 粗塩 0.5	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 40 豆腐 30 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 チンゲン菜 13 わかめ(冷凍) 7.8	● 麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	● ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4
● 蒸しゆうまい(3) しゆうまい(冷凍) 54	片栗粉 1.3 鶏卵 25 バセリ 0.65	● 銀ひらすのゆずみそかけ 銀ひらす(冷凍・切り身) 60 酒 1 しょうが 1 水 6 赤みそ(減塩) 2.25 白みそ(減塩) 2.25 砂糖 1.8 みりん 1.4 ゆずピューレ(冷凍) 1 片栗粉 0.3	● 豆腐ハンバーグ 豆腐ハンバーグ(冷凍) 80 米白絞油 0.5 たまねぎ 16 水 4.8 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 しょうゆ 0.4	● ごま塩 黒いりごま 1.5 粗塩 0.08 水 0	● ちくわの磯辺揚げ 油(揚げ物) 6.5 焼きちくわ 50 ベーコン 5 キャベツ 0.5 水 0	● 煮びたし 水 13 こんぶ(だし用) 0.05 けずり筋かつお 1.5 砂糖 0.7 粗塩 0.3 しょうゆ 1.5 みりん 0.9 油揚げ(冷凍・カット) 6.5 にんじん 13 粗塩(ゆで塩) 13	● チキンストロガノフ 米白絞油 0.7 とり肉(もも皮つき) 70 赤ワイン 4 たまねぎ 54 エリンギ 10 にんじん 30 水 30 たまねぎ 30 トマト水煮(缶詰) 5 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 米白絞油 6.4 生クリーム 2.5	● ポイル野菜 にんじん 6 もやし 23 キャベツ 26 ブロッコリー 10 粗塩(ゆで塩) 10	
● 野菜炒め 米白絞油 0.5 しょうが 0.3 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 粗塩 0.1 こしょう 0.01 にんじん 10 粗塩(ゆで塩) 20 たまねぎ 20 もやし 20 キャベツ 30 粗塩 0.5 こしょう 0.03 オイスターソース 0.1 しょうゆ 0.5 片栗粉 0.5	● 卵スープ 米白絞油 0.5 ベーコン 1.3 とり肉(もも皮なし) 26 たまねぎ 20 水 20	● ごまあえ もやし 20 キャベツ(市内産) 30 小松菜 10 粗塩(ゆで塩) 1 砂糖 1 しょうゆ 2.1 白いりごま 2.5	● けんちん汁 米白絞油 0.5 とり肉(もも皮なし) 26 ごぼう 13 にんじん 13 こんにゃく 26	● コーンソテー 米白絞油 0.5 ベーコン 2.6 キャベツ 26 ホールコーン(冷凍) 52 粗塩 0.39 こしょう 0.01	● 長ねぎのポタージュ 米白絞油 0.5 とり肉(もも皮なし) 30 にんじん 12 水 12 粗塩 1 こしょう 0.01 米白絞油 0.24 長ねぎ(市内産) 24	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 30 じゃが芋 40 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 小松菜 13 粗塩(ゆで塩) 13	● 冬野菜のカレー 米白絞油 0.65 にんにく 0.65 しょうが 0.2 とり肉(皮つき) 32.5 とり肉(皮なし) 32.5 白ワイン 1.3 水 104 たまねぎ 65 にんじん 26 大根(市内産) 26 粗塩 1.56 ウスターソース 3.9 じゃが芋 39 カレー粉 1.2 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩) 10	● 三色ナムル ごま油 0.5 にんにく 0.26 もやし 45.5 にんじん 19.5 粗塩(ゆで塩) 19.5 ほうれん草 粗塩(ゆで塩) 0.52 粗塩(ゆで塩) 0.13 みりん 0.13 ごま油 0.65 白いりごま 1.95	● ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4
● エネ 832 kcal	たんぱく質 31.4 g	● エネ 769 kcal	たんぱく質 35.5 g	● エネ 880 kcal	たんぱく質 34.0 g	● エネ 764 kcal	たんぱく質 25.9 g	● エネ 900 kcal	たんぱく質 29.8 g
8日(金)		11日(月)		12日(火)		13日(水)		14日(木)	
ツナそぼろごはん(麦ごはん) 白菜のおかかあえ お事汁 牛乳		ごはん とり肉のから揚げ チャブチェ わかめとコーンのスープ 牛乳		ごはん すき焼き煮 もやし炒め みそ汁 みかん 牛乳		麦ごはん 冬野菜のカレー 白菜としめじのスープ煮 牛乳		ごはん ししゃものから揚げ 三色ナムル 豆腐チゲ 牛乳	
卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小		卵(乳)小	
● 麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	里芋 26 大豆(蒸し) 20 京風白みそ 7 赤みそ(減塩) 4.5	● ごはん 精白米 105	しょうゆ 3.6 砂糖 0.6 白いりごま 0.5 ごま油 0.5	● ごはん 精白米 105	粗塩(ゆで塩) 80	● 麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	粗塩 0.3 こしょう 0.02 スープの素 0.75 しょうゆ 0.3	● ごはん 精白米 105	赤みそ(減塩) 9.5 コチジャン 2.5 白菜刻みキムチ(冷凍) 8 豆腐 39 えのきたけ 7.8 長ねぎ 13 にら 6.5
● ツナそぼろ 水 6.5 にんじん 13 まぐろ(缶詰) 52 酒 2.08 砂糖 2.08 しょうゆ 2.34	● 白菜のおかかあえ 白菜 56 もやし 21 小松菜 21 粗塩(ゆで塩) 2.6 しょうゆ 2.6 上げずり筋 0.7	● とり肉のから揚げ 油(揚げ物) 3.5 とり肉(皮つき) 70 塩こうじ 6 にんにく 0.2 しょうが 0.3 片栗粉(揚げ物) 12.6	● わかめとコーンのスープ ベーコン 5.2 水 1 にんじん 15 しらたき 40 にんじん 28 えのきたけ 10 水 0.03 中華スープの素(袋) 1.5 しょうゆ 1.3 片栗粉 6 わかめ(冷凍) 13	● すき焼き煮 米白絞油 0.5 豚肉(もも) 25 豚肉(肩) 25 酒 1 しょうゆ 15 しらたき 30 にんじん 10 えのきたけ 10 焼き豆腐 40 砂糖 2.5 しょうゆ 1.3 みりん 0.5 長ねぎ 20	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 30 じゃが芋 40 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 小松菜 13 粗塩(ゆで塩) 13	● 冬野菜のカレー 米白絞油 0.65 にんにく 0.65 しょうが 0.2 とり肉(皮つき) 32.5 とり肉(皮なし) 32.5 白ワイン 1.3 水 104 たまねぎ 65 にんじん 26 大根(市内産) 26 粗塩 1.56 ウスターソース 3.9 じゃが芋 39 カレー粉 1.2 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩) 10	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 40 豆腐 30 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 チンゲン菜 13 わかめ(冷凍) 7.8	● ししゃものから揚げ(2) 油(揚げ物) 2 ししゃも(冷凍・生干し) 40 片栗粉(揚げ物) 6 にら 6.5	
● お事汁 水 8 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 とり肉(もも皮なし) 26 酒 3 ごぼう 6.5 にんじん 13 大根(市内産) 30 こんにゃく 26	● お事汁 水 8 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 粗塩(ゆで塩) 6 春雨 6 にら 3	● チャブチェ 米白絞油 0.5 にんにく 0.2 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 粗塩 0.1 こしょう 0.01 オイスターソース 1 たまねぎ 20 エリンギ 8 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 粗塩(ゆで塩) 6 春雨 6 にら 3	● もやし炒め 米白絞油 0.3 ベーコン 3.9 たまねぎ 13 にんじん 6.5 粗塩(ゆで塩) 0.4 もやし 52 粗塩 0.4 こしょう 0.02 しょうゆ 0.3 さやいんげん(冷凍) 6.5	● みかん みかん 80	● 白菜としめじのスープ煮 米白絞油 0.5 ベーコン 4.5 にんじん 6 白菜 82.5 しめじ 15	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 30 じゃが芋 40 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 小松菜 13 粗塩(ゆで塩) 13	● みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり筋かつお 6.5 たまねぎ 40 豆腐 30 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 チンゲン菜 13 わかめ(冷凍) 7.8	● 三色ナムル ごま油 0.5 にんにく 0.26 もやし 45.5 にんじん 19.5 粗塩(ゆで塩) 19.5 ほうれん草 粗塩(ゆで塩) 0.52 粗塩(ゆで塩) 0.13 みりん 0.13 ごま油 0.65 白いりごま 1.95	● 豆腐チゲ ごま油 1 にんにく 0.78 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 水 1.5 中華スープの素(袋) 1.5 白菜 45.5 しょうゆ 1
● エネ 837 kcal	たんぱく質 35.1 g	● エネ 883 kcal	たんぱく質 34.0 g	● エネ 813 kcal	たんぱく質 32.4 g	● エネ 836 kcal	たんぱく質 31.2 g	● エネ 805 kcal	たんぱく質 32.7 g

かながわ産品
学校給食デー

15日(金)	きな粉パン クリームシチュー ポイル野菜 和風ドレッシング 牛乳	●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋)	18日(月)	ごはん あじフライ 切り干し大根のベーコン煮 春雨の中華スープ 牛乳	●ごはん 精白米	●あじフライ 油(揚げ物) あじフライ(冷凍・開き)	●中濃ソース 中濃ソース	●切り干し大根のベーコン煮 米白絞油 ベーコン 切り干し大根 にんじん 水 こんぶ(だし用) けずり節かつお 砂糖 しょうゆ みりん さやいんげん(冷凍) 粗塩(ゆで塩)	●春雨の中華スープ 米白絞油 とり肉(もも皮なし) たまねぎ キャベツ にんじん 水	●きな粉パン 油(揚げ物) 胚芽コッペパン きな粉 砂糖 粗塩	●クリームシチュー 米白絞油 ベーコン とり肉(もも皮なし) たまねぎ にんじん 粗塩 ごしょう じゃが芋 水 エリンギ プロセスチーズ 調理用牛乳 脱脂粉乳 米粉 パセリ	●ポイル野菜 にんじん もやし キャベツ ホールコーン(冷凍) 粗塩(ゆで塩)	●ごはん 精白米	●豚肉のしょうが焼き 豚肉(もも) 豚肉(肩) しょうが 酒 しょうゆ 米白絞油 たまねぎ 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉	●ひじきの炒め煮 米白絞油 つきこんにやく にんじん ひじき 焼きちくわ 酒 砂糖 しょうゆ	●みそ汁 水 こんぶ(だし用) けずり節かつお	20日(水)	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 牛乳	●ごはん 精白米	●ピラフ ベーコン たまねぎ にんじん ホールコーン(冷凍) スープの素 粗塩 ごしょう パセリ	●カレーチキン(2) とり肉(手羽元) 水 酒 砂糖 しょうゆ しょうが カレー粉	●ポトフ 米白絞油 豚肉(もも角切) にんじん たまねぎ 水 大根(市内産) じゃが芋	21日(木)	ごはん ふりかけ 赤魚のみりん焼き りんご 牛乳	●ごはん 精白米	●ふりかけ 上げずり節 白いりごま しらす干し(ちりめん) あおさ 粗塩 しょうゆ	●赤魚のみりん焼き 赤魚のみりん(漬け・切り身)	●ほうとう 水 こんぶ(だし用) けずり節かつお 豚肉(もも) 豚肉(肩) にんじん 大根 油揚げ(冷凍・カット) 赤みそ(減塩) 白みそ(減塩) ほうとう(無塩・冷凍) 長ねぎ かぼちゃ(冷凍)	●りんご(2/8)	りんご 塩(塩水)	エネルギー 777 kcal たんぱく質 32.5 g	エネルギー 889 kcal たんぱく質 31.6 g	エネルギー 771 kcal たんぱく質 32.5 g	エネルギー 824 kcal たんぱく質 33.7 g	エネルギー 802 kcal たんぱく質 35.4 g
--------	--	--------------------------	--------	---	-------------	----------------------------------	-----------------	---	--	--	---	--	-------------	--	--	----------------------------------	--------	---------------------------------------	-------------	--	--	--	--------	-----------------------------------	-------------	---	-----------------------------	---	-----------	--------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

冬至の行事食

22日(金)	ごはん 生揚げの四川煮 大根ときゅうりの中華づけ 青菜ときのこのスープ 牛乳	●ごはん 精白米	●生揚げの四川煮 米白絞油 にんにく しょうが 豆板醤 豚ひき肉(もも) しょうゆ トマトケチャップ 水 赤みそ(減塩) 生揚げ(冷凍) 大豆ミート(小粒) 長ねぎ(市内産) 片栗粉	●大根ときゅうりの中華づけ 大根(市内産) きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ 白いりごま ごま油 ラー油	●青菜ときのこのスープ	エネルギー 854 kcal たんぱく質 37.8 g
--------	---	-------------	--	--	-------------	-----------------------------

【令和5年12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
蒸ししゅうまい	しゅうまい			○
豆腐ハンバーグ	デミグラスソース			○
チキンストロガノフ	胚芽コッペパン			○
きな粉パン	あじフライ			○
あじフライ	あじフライ			○
ほうとう	ほうとう			○

※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、大豆、とり肉、豚肉、ごま、りんご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

※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。