

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>学校給食レシピ動画を新たに公開します！</p> <p>*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、マカロニグラタン、ポークビーンズ、手作りふりかけ（ふりかけ、カレーじゃこ、大根葉のふりかけ）のレシピ動画を2月中旬に公開します。</p> <p>『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>かながわ産品学校給食デー</p> <p>ごはん ハンバーグ オニオンソース<small>小</small> ポイル野菜 ごまドレッシング ミネストローネ<small>乳</small><small>小</small> 牛乳<small>乳</small> 876kcal 35.5g</p>	<p>節分の行事食</p> <p>手巻きごはん （ごはん・ツナ・ごまたくあん<small>小</small>・焼きのり） つみれ汁<small>小</small> りんご 牛乳<small>乳</small> 793kcal 26.0g</p>	
5日	6日	7日	8日	9日	
<p>ごはん ホキフライ<small>小</small> もやしとうま煮 白菜スープ 牛乳<small>乳</small> 818kcal 31.9g</p>	<p>きな粉パン* （胚芽コッペパン<small>小</small>） クリームシチュー*<small>乳</small> ポイル野菜 和風ドレッシング 牛乳<small>乳</small> 785kcal 32.1g</p>	<p>カレーそばごはん （麦ごはん） 切り干し大根のベーコン煮* アジアンスープ 牛乳<small>乳</small> 772kcal 34.2g</p>	<p>ごはん 赤しそふりかけ とり肉の香り揚げ ワンタンスープ<small>小</small> りんご 牛乳<small>乳</small> 860kcal 35.6g</p>	<p>ごはん さばの塩焼き 煮びたし お事汁 牛乳<small>乳</small> 896kcal 37.8g</p>	
<p>献立コンクール 保護者部門最優秀賞</p> <p>犬蔵中学校 保護者の半間 真紀さんが考案した副菜を提供します。 <テーマ> 根菜は栄養たっぷり 免疫カアップ <副 菜> 大根しりしり</p>					
13日	14日	15日	16日	16日	
<p>ごはん すき焼き煮 ごま酢あえ みそ汁 牛乳<small>乳</small> 816kcal 32.2g</p>	<p>ごはん あじの香味ソース 小松菜のおかかあえ かきたま汁<small>卵</small> 牛乳<small>乳</small> 802kcal 39.3g</p>	<p>白パン<small>小</small> カレークリーム スパゲッティ<small>乳</small><small>小</small> ジュリエンヌスープ 牛乳<small>乳</small> 804kcal 34.1g</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<small>乳</small> 797kcal 31.9g</p>		
19日	20日	21日	22日	<p>学校給食費の口座振替日（納期限）</p> <p>【第8期】（1月分） 1月31日（水）</p> <p>【第9期】（2・3月分） 2月29日（木）</p> <p>※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。</p> 	
<p>ピラフ （ごはん） 手羽元のしょうが煮* ポトフ 牛乳<small>乳</small> 808kcal 31.6g</p>	<p>ごはん 赤魚のおろしかけ 大学まめ みそ汁 牛乳<small>乳</small> 828kcal 33.5g</p>	<p>ごはん 生揚げの四川煮* 大根しりしり 保護者部門最優秀賞 春雨の中華スープ 牛乳<small>乳</small> 896kcal 38.0g</p>	<p>ハヤシライス<small>乳</small><small>小</small> （麦ごはん） 白菜としめじの スープ煮 はっこう乳<small>乳</small> 886kcal 30.2g</p>		
26日	27日	28日	29日		
<p>ごはん 蒸ししゅうまい<small>小</small> スタミナ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳<small>乳</small> 816kcal 31.8g</p>	<p>ひじきごはん （ごはん） ちくわの磯辺揚げ<small>小</small> 沢煮椀 牛乳<small>乳</small> 749kcal 29.7g</p>	<p>麦ごはん チキンカレー<small>小</small> 大根ときゅうりの中華づけ 牛乳<small>乳</small> 871kcal 30.4g</p>	<p>ごはん 銀ひらすのてり焼き 肉じゃが みそ汁 牛乳<small>乳</small> 808kcal 35.5g</p>		

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



【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、にんじん、じゃが芋、牛乳の予定です。

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）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


※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、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

1日 ポイル野菜「にんじん」
ミネストローネ「じゃが芋」

2日 つみれ汁「大根」

20日 みそ汁「ほうれん草」

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。

令和6年2月分献立表 給食回数 19回 川崎市立中学校 自校合築校

1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)
<p>ごはん ハンバーグオニオンソース ポイル野菜 ごまドレッシング ミネストローネ 牛乳</p> <p>ごはん 精白米 105 ハンバーグオニオンソース ハンバーグ 80 米白絞油 0.24 たまねぎ 24 水 4 砂糖 1.2 しょうゆ 2.25 みりん 1.6 片栗粉 0.24</p> <p>●ポイル野菜 にんじん(市内産) 5 もやし 40 ブロッコリー 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4</p> <p>●ミネストローネ 米白絞油 0.5 にんにく 0.26 ベーコン 2.6 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 30 にんじん 13 粗塩 0.8</p> <p>エネルギー 876 kcal たんぱく質 35.5 g</p>	<p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●手巻きごはん(ツナ) トマト水煮(缶詰) 26 キャベツ 30 プロセスチーズ 2.4 ホイールマカロニ 8 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ごまたくあん ごま油 0.5 たくあんづけ 24 しょうゆ 0.12 白いりごま 0.6</p> <p>●焼きのり(1/4切 5枚入) 焼きのり(袋) 2.5</p> <p>●つみれ汁 米白絞油 0.5 ごぼう 6 にんじん 19.5 こんにやく 13 水 144 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 大根(市内産) 30 里芋 20 フィッシュボール(冷凍) 25</p> <p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●りんご(1/8) りんご 26.55 塩(塩水)</p> <p>●ごまたくあん ごま油 0.5 たくあんづけ 24 しょうゆ 0.12 白いりごま 0.6</p> <p>●焼きのり(1/4切 5枚入) 焼きのり(袋) 2.5</p> <p>●つみれ汁 米白絞油 0.5 ごぼう 6 にんじん 19.5 こんにやく 13 水 144 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 大根(市内産) 30 里芋 20 フィッシュボール(冷凍) 25</p> <p>エネルギー 793 kcal たんぱく質 35.5 g</p>	<p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●ホキフライ 油(揚げ物) 9.1 ホキフライ(冷凍) 70</p> <p>●中濃ソース 中濃ソース 6</p> <p>●もやしのうま煮 ごま油 0.5 しょうが 0.13 豚肉(もも) 7 砂糖 1 しょうゆ 3.5 にんじん 7 もやし 58 片栗粉 0.8 にら 4</p> <p>●白菜スープ 米白絞油 0.5 ベーコン 2.6 とり肉(皮なし) 26 にんじん 13 水 156 白菜 65 粗塩 0.8 こしょう 0.03</p> <p>エネルギー 818 kcal たんぱく質 31.9 g</p>	<p>●きな粉パン 油(揚げ物) 8.7 胚芽コッペパン 60 きな粉 3.6 砂糖 6 粗塩 0.03</p> <p>●クリームシチュー 米白絞油 0.5 ベーコン 1.3 とり肉(皮つき) 36 たまねぎ 36 にんじん 26 粗塩 0.7 こしょう 0.07 じゃが芋 65 水 5 エリンギ 5 プロセスチーズ 5 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 米粉 3.9 パセリ 0.65</p> <p>●ポイル野菜 にんじん 6 もやし 25 キャベツ 30 粗塩(ゆで塩)</p> <p>エネルギー 785 kcal たんぱく質 32.1 g</p>	<p>●ごはん 精白米 95 米粒麦 15</p> <p>●カレーそば 米白絞油 0.45 豚ひき肉(もも) 45 大豆ミート(小粒) 3.6 にんじん 15 ピーマン 10.5 酒 3 しょうゆ 7.5 砂糖 2.5 カレー粉 0.7</p> <p>●切り干し大根のベーコン煮 米白絞油 0.5 ベーコン 4.8 切り干し大根 8.4 にんじん 7.2 水 0.05 けずり節かつお 1.5 砂糖 0.6 しょうゆ 3 みりん 1.2 さやいんげん(冷凍) 6.5 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●アジアンスープ 米白絞油 0.5 しょうが 0.2 とり肉(皮なし) 26 水 50 こしょう 0.03 しょうゆ 2.6 豆腐 50 たまねぎ 18 にんじん 28 水 50 粗塩 0.7 プロセスチーズ 5.5 ウスターソース 3 カレー粉 0.6 米白絞油 3 小麦粉 3 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 スパゲッティ 40 粗塩(ゆで塩) 10 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ジュリエンスープ 米白絞油 0.5 ベーコン 5.2 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40</p> <p>エネルギー 772 kcal たんぱく質 34.2 g</p>
<p>8日(木)</p> <p>●ごはん 精白米 100</p> <p>●赤しそふりかけ 赤しそ(粉) 1</p> <p>●とり肉の香り揚げ 油(揚げ物) 3.44 とり肉(皮つき) 70 粗塩 0.5 こしょう 0.01 しょうゆ 1 砂糖 0.32 米粉 3.1 水 3.1 白いりごま 3.3 片栗粉(揚げ物汁) 12.4</p> <p>●ワnantanスープ 水 150 豚肉(もも) 12 豚肉(肩) 13 にんじん 15 たまねぎ 30 もやし 40 粗塩 0.7 こしょう 0.03 中華スープの素(袋) 1.5 しょうゆ 3 ワnantanの皮 13</p> <p>エネルギー 860 kcal たんぱく質 35.6 g</p>	<p>9日(金)</p> <p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●さばの塩焼き 塩さば 60</p> <p>●煮びたし 水 13 こんぶ(だし用) 0.05 けずり節かつお 1.5 砂糖 0.7 粗塩 0.3 しょうゆ 1.7 みりん 0.9 油揚げ 6.5 にんじん 13 粗塩(ゆで塩) 40 もやし 40 小松菜 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●お事汁 水 0.65 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 とり肉(皮なし) 26 酒 3 ごぼう 6.5 にんじん 13 大根 30</p> <p>エネルギー 896 kcal たんぱく質 37.8 g</p>	<p>13日(火)</p> <p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●すき焼き煮 豚肉(もも) 25 豚肉(肩) 25 酒 1 しょうゆ 0.5 しらたき 30 にんじん 10 えのきたけ 10 水 40 焼き豆腐 40 砂糖 2.5 しょうゆ 0.5 みりん 0.5 長ねぎ 20</p> <p>●ごま酢あえ 切り干し大根 3.2 もやし 16 きゅうり 8 にんじん 8 粗塩(ゆで塩) 8 ホールコーン(冷凍) 8 酢 1.15 砂糖 0.96 粗塩 0.19 しょうゆ 1.92</p> <p>●みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 油揚げ(冷凍・カット) 25 たまねぎ 30 さつま芋 40 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 小松菜 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●かきたま汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 とり肉(皮なし) 26 にんじん 13 粗塩 0.75 こしょう 0.03 しょうゆ 2.6 豆腐 50 たまねぎ 18 にんじん 28 水 50 粗塩 0.7 プロセスチーズ 5.5 ウスターソース 3 カレー粉 0.6 米白絞油 3 小麦粉 3 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 スパゲッティ 40 粗塩(ゆで塩) 10 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ジュリエンスープ 米白絞油 0.5 ベーコン 5.2 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40</p> <p>エネルギー 816 kcal たんぱく質 32.2 g</p>	<p>14日(水)</p> <p>●ごはん 精白米 105</p> <p>●あじの香味ソース 油(揚げ物) 3 あじ(冷凍・切り身) 60 片栗粉(揚げ物) 9 米白絞油 0.2 にんにく 0.5 しょうが 1.3 水 7 砂糖 2.5 赤みそ(減塩) 1.4 みりん 0.6 しょうゆ 3 豆板醤 0.05 酢 0.9 ごま油 0.3</p> <p>●小松菜のおかかあえ もやし 45 にんじん 5 粗塩(ゆで塩) 10 小松菜 10 粗塩(ゆで塩) 0.24 しょうゆ 2.4 上げずり節 0.6</p> <p>●かきたま汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 とり肉(皮なし) 26 にんじん 13 粗塩 0.75 こしょう 0.03 しょうゆ 2.6 豆腐 50 たまねぎ 18 にんじん 28 水 50 粗塩 0.7 プロセスチーズ 5.5 ウスターソース 3 カレー粉 0.6 米白絞油 3 小麦粉 3 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 スパゲッティ 40 粗塩(ゆで塩) 10 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ジュリエンスープ 米白絞油 0.5 ベーコン 5.2 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40</p> <p>エネルギー 802 kcal たんぱく質 39.3 g</p>	<p>15日(木)</p> <p>●白パン 白パン 50</p> <p>●カレークリームスパゲッティ 米白絞油 0.5 にんにく 0.2 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 たまねぎ 50 にんじん 28 水 50 粗塩 0.7 プロセスチーズ 5.5 ウスターソース 3 カレー粉 0.6 米白絞油 3 小麦粉 3 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 スパゲッティ 40 粗塩(ゆで塩) 10 ほうれん草 10 粗塩(ゆで塩)</p> <p>●ジュリエンスープ 米白絞油 0.5 ベーコン 5.2 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40</p> <p>エネルギー 804 kcal たんぱく質 34.1 g</p>

16日(金)	ごはん ししゃものから揚げ 三色ナムル 豆腐チゲ 牛乳	19日(月)	ピラフ(ごはん) 手羽元のしょうがが煮 ポトフ 牛乳	20日(火)	ごはん 赤魚のおろしかけ 大学まめ みそ汁 牛乳	21日(水)	ごはん 生揚げの四川煮 大根しりしり 春雨の中華スープ 牛乳	22日(木)	ハヤシライス(麦ごはん) 白菜としめじのスープ煮 はっごう乳
●ごはん 精白米 105 ●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 ●三色ナムル ごま油 0.5 にんにく 0.2 もやし 45.5 にんじん 15 粗塩(ゆで塩) 24 ほうれん草 0.52 粗塩(ゆで塩) 0.13 みりん 0.65 ごま油 1.95 白いりごま ●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) 45.5 白菜 1 しょうゆ 1 エネルギー 797 kcal	●ごはん 精白米 9.5 赤みそ(減塩) 2.5 コチジャン 8 白菜刻みキムチ(冷凍) 39 豆腐(冷凍・カット) 7.8 えのきたけ 13 長ねぎ 6.5 にら ●ピラフ ベーコン 4 たまねぎ 25 にんじん 10 ホールコーン(冷凍) 10 スープの素 0.7 粗塩 0.7 ごしょう 0.03 パセリ 0.3 ●手羽元のしょうがが煮(2) とり肉(手羽元) 66 水 1 酒 0.8 砂糖 3 しょうゆ 4.5 しょうが 0.7 ●ポトフ 米白絞油 0.5 豚肉(もも角切) 10 にんじん 20 たまねぎ 25 水 120 大根 40 じゃが芋 45 ウインナーソーセージ 20 エネルギー 808 kcal	●ごはん 精白米 105 白菜 40 豆腐 35 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 さやいんげん(冷凍) 15 長ねぎ 15 ほうれん草(市内産) 10 粗塩(ゆで塩) ●生揚げの四川煮 米白絞油 0.5 水 0.22 しょうが 0.33 豆板醤 0.11 豚ひき肉(もも) 30 砂糖 1.98 しょうゆ 3.85 トマトケチャップ 12 水 11 赤みそ(減塩) 3.3 生揚げ(冷凍) 71.5 大豆ミート(小粒) 3 長ねぎ 16.5 片栗粉 1.65 ●大根しりしり 大根 35 にんじん 5 まぐろフレーク(油漬) 22 砂糖 0.5 みりん 0.4 粗塩 0.2 しょうゆ 1 ごま油 0.5 白いりごま 1.4 ●春雨の中華スープ 米白絞油 0.5 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 30 にんじん 15 水 156 キャベツ 36 粗塩 0.9 ごしょう 0.03 しょうゆ 1.3 中華スープの素(袋) 1.5 春雨 5.2 片栗粉 0.65 チンゲン菜 13 ごま油 0.65 ●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●ハヤシライス 米白絞油 0.5 にんにく 0.65 豚肉(もも) 32.5 豚肉(肩) 32.5 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 赤ワイン 3.9 たまねぎ 78 にんじん 26 水 0.9 じゃが芋 40 トマトケチャップ 15.6 デミグラスソース 6.5 ウスターソース 4.55 しょうゆ 1.95 砂糖 0.13 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 生クリーム 3.9 ●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 エネルギー 886 kcal	●ごはん 精白米 90 粗塩 0.7 ごしょう 0.03 スープの素 1.3 さやいんげん(冷凍) 5 粗塩(ゆで塩) ●赤魚のおろしかけ 赤魚(冷凍・切り身) 70 酒 1 しょうが 1 水 1 砂糖 1.5 しょうゆ 2.5 みりん 1 大根おろし(冷凍) 15 片栗粉 0.15 ●大学まめ 油(揚げ物) 1 大豆(蒸し) 20 片栗粉(揚げ物) 3 油(揚げ物) 2 さつま芋 50 水 3 砂糖 6.5 しょうゆ 0.25 酢 0.25 黒いりごま 0.25 ●みそ汁 水 156 ごんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 エネルギー 828 kcal	●ごはん 精白米 105 白米白絞油 40 水 35 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4 長ねぎ 15 ほうれん草(市内産) 10 粗塩(ゆで塩) ●生揚げの四川煮 米白絞油 0.5 水 0.22 しょうが 0.33 豆板醤 0.11 豚ひき肉(もも) 30 砂糖 1.98 しょうゆ 3.85 トマトケチャップ 12 水 11 赤みそ(減塩) 3.3 生揚げ(冷凍) 71.5 大豆ミート(小粒) 3 長ねぎ 16.5 片栗粉 1.65 ●大根しりしり 大根 35 にんじん 5 まぐろフレーク(油漬) 22 砂糖 0.5 みりん 0.4 粗塩 0.2 しょうゆ 1 ごま油 0.5 白いりごま 1.4 ●春雨の中華スープ 米白絞油 0.5 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 30 にんじん 15 水 156 キャベツ 36 粗塩 0.9 ごしょう 0.03 しょうゆ 1.3 中華スープの素(袋) 1.5 春雨 5.2 片栗粉 0.65 チンゲン菜 13 ごま油 0.65 ●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●ハヤシライス 米白絞油 0.5 にんにく 0.65 豚肉(もも) 32.5 豚肉(肩) 32.5 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 赤ワイン 3.9 たまねぎ 78 にんじん 26 水 0.9 じゃが芋 40 トマトケチャップ 15.6 デミグラスソース 6.5 ウスターソース 4.55 しょうゆ 1.95 砂糖 0.13 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 生クリーム 3.9 ●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 エネルギー 886 kcal	●ごはん 精白米 105 粗塩 0.9 ごしょう 0.03 中華スープの素(袋) 1.5 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 わかめ(冷凍) 13 ●蒸ししゅうまい(3) しゅうまい(冷凍) 54 ●スタミナ炒め 米白絞油 0.5 にんにく 0.4 しょうが 0.1 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 8 たまねぎ 20 砂糖 1.4 しょうゆ 4.2 粗塩 0.07 オイスターソース 1.4 もやし 35 にら 5 片栗粉 1.4 ごま油 0.3 ●わかめとコーンのスープ ベーコン 2.6 水 24 とり肉(皮なし) 24 にんじん 13 たまねぎ 40 ホールコーン(冷凍) 12 エネルギー 816 kcal	●ごはん 精白米 90 粗塩 0.7 ごしょう 0.03 えのきたけ 6.5 しょうが 0.39 粗塩 0.8 しょうゆ 1.95 とり肉(皮なし) 15.6 水 1.2 酒 3 ひじき 3 にんじん 12 油揚げ(冷凍・カット) 10.8 水 3.24 砂糖 7.2 しょうゆ ●ちくわの磯辺揚げ(2) 油(揚げ物) 6.5 焼きちくわ(減塩) 50 小麦粉(揚げ物) 5 あおさ 0.5 水 ●沢煮焼 水 0.65 ごんぶ(だし用) 6.5 けずり節かつお 10 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 たけのこ(水煮) 6.5 にんじん 15 エネルギー 749 kcal	●ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●大根ときゅうりの中華揚げ 大根 40 きゅうり 20 酢 2.6 砂糖 0.78 エネルギー 871 kcal	●ごはん 精白米 105 粗塩 4.94 ごしょう 1.3 ごま油 0.65 ラー油 0.03 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●肉じゃが 米白絞油 0.5 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つきこんにやく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 48 じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5.4 さやいんげん(冷凍) 3 粗塩(ゆで塩) ●みそ汁 水 156 エネルギー 808 kcal	●ごはん 精白米 105 粗塩 0.9 ごしょう 0.03 中華スープの素(袋) 1.5 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 わかめ(冷凍) 13 ●蒸ししゅうまい(3) しゅうまい(冷凍) 54 ●スタミナ炒め 米白絞油 0.5 にんにく 0.4 しょうが 0.1 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 8 たまねぎ 20 砂糖 1.4 しょうゆ 4.2 粗塩 0.07 オイスターソース 1.4 もやし 35 にら 5 片栗粉 1.4 ごま油 0.3 ●わかめとコーンのスープ ベーコン 2.6 水 24 とり肉(皮なし) 24 にんじん 13 たまねぎ 40 ホールコーン(冷凍) 12 エネルギー 816 kcal
エネルギー 797 kcal	たんぱく質 31.9 g	エネルギー 808 kcal	たんぱく質 31.6 g	エネルギー 828 kcal	たんぱく質 33.5 g	エネルギー 896 kcal	たんぱく質 38.0 g	エネルギー 886 kcal	たんぱく質 30.2 g
●ごはん 精白米 105 ●蒸ししゅうまい(3) しゅうまい(冷凍) 54 ●スタミナ炒め 米白絞油 0.5 にんにく 0.4 しょうが 0.1 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 8 たまねぎ 20 砂糖 1.4 しょうゆ 4.2 粗塩 0.07 オイスターソース 1.4 もやし 35 にら 5 片栗粉 1.4 ごま油 0.3 ●わかめとコーンのスープ ベーコン 2.6 水 24 とり肉(皮なし) 24 にんじん 13 たまねぎ 40 ホールコーン(冷凍) 12 エネルギー 816 kcal	●ごはん 精白米 90 粗塩 0.7 ごしょう 0.03 えのきたけ 6.5 しょうが 0.39 粗塩 0.8 しょうゆ 1.95 とり肉(皮なし) 15.6 水 1.2 酒 3 ひじき 3 にんじん 12 油揚げ(冷凍・カット) 10.8 水 3.24 砂糖 7.2 しょうゆ ●ちくわの磯辺揚げ(2) 油(揚げ物) 6.5 焼きちくわ(減塩) 50 小麦粉(揚げ物) 5 あおさ 0.5 水 ●沢煮焼 水 0.65 ごんぶ(だし用) 6.5 けずり節かつお 10 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 10 たけのこ(水煮) 6.5 にんじん 15 エネルギー 749 kcal	●ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●大根ときゅうりの中華揚げ 大根 40 きゅうり 20 酢 2.6 砂糖 0.78 エネルギー 871 kcal	●ごはん 精白米 105 粗塩 4.94 ごしょう 1.3 ごま油 0.65 ラー油 0.03 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●肉じゃが 米白絞油 0.5 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つきこんにやく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 48 じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5.4 さやいんげん(冷凍) 3 粗塩(ゆで塩) ●みそ汁 水 156 エネルギー 808 kcal	●ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●肉じゃが 米白絞油 0.5 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つきこんにやく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 48 じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5.4 さやいんげん(冷凍) 3 粗塩(ゆで塩) ●みそ汁 水 156 エネルギー 808 kcal	●ごはん 精白米 95 米粒麦 15 ●チキンカレー 米白絞油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 とり肉(皮つき) 65 粗塩 0.1 ごしょう 0.01 白ワイン 1.5 たまねぎ 94 にんじん 32 粗塩 1.4 ごしょう 0.02 水 65 じゃが芋 8 トマト水煮(缶詰) 3.85 ウスターソース 2.2 しょうゆ 1.2 カレー粉 6.4 米白絞油 6.4 小麦粉 6.4 ●肉じゃが 米白絞油 0.5 豚肉(もも) 14 豚肉(肩) 14 つきこんにやく 24 にんじん 16 たまねぎ 24 水 48 じゃが芋 48 酒 0.4 砂糖 1.8 しょうゆ 5.4 さやいんげん(冷凍) 3 粗塩(ゆで塩) ●みそ汁 水 156 エネルギー 808 kcal				

献立コンクール
保護者部門
最優秀賞受賞

【令和6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
ハンバーグオニオンソース	ハンバーグ			○
ミネストローネ	ホイールマカロニ			○
ごまたくあん	たくあんづけ			○
つみれ汁	フィッシュボール			○
ホキフライ	ホキフライ			○
きな粉パン	胚芽コッペパン			○
ワンタンスープ	ワンタンの皮			○
白パン	白パン			○
カレークリームスパゲッティ	スパゲッティ			○
ハヤシライス	デミグラスソース			○
はっこう乳	アソドミルク		○	
蒸しゅうまい	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、そば、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。