

令和7年4月 献立表 川崎市立東橘・犬藏・中野島・はるひ野中学校

川崎市教育委員会事務局

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、学校からの配布物等でご確認いただくようお願いいたします。

月	火	水	木	金					
14 日	ほたて入り中華丼 (卵) (麦ごはん) わかめと えのきのスープ 牛乳 (乳)	15 日	入学・進級祝いの行事食 ピラフ (ごはん) カレーチキン ポトフ はっこう乳 (乳)	16 日	白パン (小) ポテトグラタン (乳) (小) ジュリエンヌスープ 牛乳 (乳)	17 日	ごはん ホキフライ (小) 中濃ソース 五目豆 みそ汁 牛乳 (乳)	18 日	学校給食のレシピと レシピ動画を公開中! *がついた料理はレシピや レシピ動画を 紹介しています。 ▲詳細はこちら 
21 日	麦ごはん ポークカレー (小) ピクリス 牛乳 (乳)	22 日	ごはん さばの塩焼き 煮びたし みそ汁 牛乳 (乳)	23 日	ごはん とり肉の甘酢あえ ごまあえ 沢煮椀 牛乳 (乳)	24 日	ごはん 豆腐ハンバーグ (小) スパゲッティソテー (小) オニオンスープ 牛乳 (乳)	25 日	ごはん 生揚げの四川煮* 塩だれ野菜 春雨の中華スープ 牛乳 (乳)
28 日	ごはん ししゃものから揚げ* 肉じゃが みそ汁 牛乳 (乳)		菜果ちゃんのイラストがある日は「かわさきそだち」の使用日です。 	30 日	ピピンバ* (麦ごはん) トマトと 卵のスープ (卵) カラマンダリン 牛乳 (乳)	31 日	846kcal 39.9g		保護者の皆様へのお願い 

中学校給食のコンセプト

中学校給食の目指す姿…みんなで創る「健康給食」

①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

②自然と「健康」になる中学校給食

【重点取組項目】

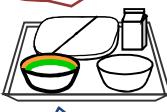
- 年間を通して1食平均で「国産野菜125g」が摂れる
- 米飯給食90%以上、「和」の食生活が自然と身につく「健康給食」
- 適量が分かりやすい食器のデザイン（ご飯盛り付けラインの表示）など

③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

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。

令和7年度の口座振替日（納期限）は次のとおりです。

- 【第1期】(4・5月分) 6月30日
- 【第2期】(6月分) 7月31日
- 【第3期】(7月分) 9月1日
- 【第4期】(8・9月分) 9月30日
- 【第5期】(10月分) 10月31日
- 【第6期】(11月分) 12月1日
- 【第7期】(12月分) 1月5日
- 【第8期】(1月分) 2月2日
- 【第9期】(2・3月分) 3月2日



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。



- ★県内産の食材は、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
- 15日 ポトフ「キャベツ」
 - 16日 ジュリエンヌスープ「キャベツ」
 - 24日 スパゲッティソテー「キャベツ」
 - 30日 トマトと卵のスープ「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 (卵) (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。



※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。

◎給食目標「中学校の給食について知ろう」

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。

川崎市立中学校 自校調理校

14日(月)	ほたて入り中華丼(麦ごはん) わかめとえのきのスープ牛乳	卵(乳)	15日(火)	ピラフ(ごはん) カレーチキン ボトフ(はっこう乳)	卵(乳)	16日(水)	白パン ポテグラタン ジュリエンヌスープ 牛乳	卵(乳) 小	17日(木)	ごはん 五目豆 ホキフライ みそ汁 牛乳	卵(乳) 小	21日(月)	麦ごはん ポークカレー ピクルス 牛乳	卵(乳) 小
【献立のねらい】 ほたてについて知る														
入学・進級祝いの行事食を味わう														
◎「かわきそだち」の野菜(キャベツ)について知る														
主菜について知る														
◎中学校のカレーについて知る														
●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	とり肉(皮なし) 26 粗塩 0.7 ●ほたて入り中華丼 米白絞油 1 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 にんじん 15 粗塩(ゆで塩) たけのこ(水煮) 10 たまねぎ 30 キャベツ 70 ほたて貝柱 25 酒 0.5 粗塩 0.85 砂糖 1.3 中華スープの素(袋) 0.26 オイスターソース 0.26 しょうゆ 1.6 なると(冷凍) 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 チンゲン菜 8 粗塩(ゆで塩) ごま油 0.6	●ごはん 精白米 90 粗塩 0.7 ●ピラフ ベーコン 4 スープの素 1.3 ●はっこう乳 アシドミルク 192.6	●ごはん 精白米 90 粗塩 0.7 ●ピラフ ベーコン 4 スープの素 1.3 ●はっこう乳 アシドミルク 192.6	●白パン 白パン(減塩) 5 ●ポテグラタン 米白絞油 0.5 ベーコン 2.6 とり肉(皮なし) 35 たまねぎ 32.5 にんじん 13 粗塩 0.52 こしょう 0.04 エリンギ 5 プロセスチーズ 5.5 米白絞油 5.2 小麦粉 5.2 調理用牛乳 68 脱脂粉乳 5 新じゃが芋 91 粉チーズ 4 パン粉 0.75 バセリ 0.5	●ごはん 精白米 105 粗塩(ゆで塩) 1.3 ●ホキフライ 油(揚げ物) ホキフライ(冷凍) 9.1 ●中濃ソース 中濃ソース 6	●ごはん 精白米 105 粗塩(ゆで塩) 1.3 ●ホキフライ 油(揚げ物) ホキフライ(冷凍) 70 ●中濃ソース 中濃ソース 6	●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	粗塩 0.39						
●カレーチキン(2) とり肉(手羽元) 66 水 0.8 砂糖 3 中華スープの素(袋) 0.26 オイスターソース 0.26 しょうゆ 4.5 なると(冷凍) 6 片栗粉 0.5 うずら卵(水煮) 20 チンゲン菜 8 粗塩(ゆで塩) ごま油 0.6	●カレーチキン(2) とり肉(手羽元) 66 水 0.8 砂糖 3 中華スープの素(袋) 0.26 オイスターソース 0.26 しょうゆ 4.5 なると(冷凍) 6 片栗粉 0.5 うずら卵(水煮) 20 チンゲン菜 8 粗塩(ゆで塩) ごま油 0.6	●ポトフ 米白絞油 0.5 豚肉(もも角切) 20 にんじん 20 たまねぎ 25 水 156 新じゃが芋 45 ウインナーソーセージ 16	●ポトフ 米白絞油 0.5 豚肉(もも角切) 20 にんじん 20 たまねぎ 25 水 156 新じゃが芋 45 ウインナーソーセージ 16	●五目豆 米白絞油 0.5 とり肉(皮つき) 18 にんじん 12 こんぶ(角切) 1.2 ひじき 0.96 こんにゃく 18 大豆 14.4 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4	●五目豆 米白絞油 0.5 とり肉(皮つき) 18 にんじん 12 こんぶ(角切) 1.2 ひじき 0.96 こんにゃく 18 大豆 14.4 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4	●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	粗塩 0.39							
●わかめとえのきのスープ ペーコン 2.6 水	●わかめとえのきのスープ ペーコン 2.6 水	●ポトフ 米白絞油 0.5 豚肉(もも角切) 20 にんじん 20 たまねぎ 25 水 156 新じゃが芋 45 ウインナーソーセージ 16	●ポトフ 米白絞油 0.5 豚肉(もも角切) 20 にんじん 20 たまねぎ 25 水 156 新じゃが芋 45 ウインナーソーセージ 16	●みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 切り干し大根 5.2 たまねぎ 39 えのきだけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4	●みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 切り干し大根 5.2 たまねぎ 39 えのきだけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4	●麦ごはん 精白米 95 米粒麦 15	粗塩 0.39							
エネルギー 791 kcal	たんぱく質 36.6 g	エネルギー 820 kcal	たんぱく質 32.8 g	エネルギー 795 kcal	たんぱく質 34.0 g	エネルギー 886 kcal	たんぱく質 33.3 g	エネルギー 854 kcal	たんぱく質 29.3 g					
22日(火) ごはん さばの塩焼き 煮びたし みそ汁 牛乳	23日(水) ごはん とり肉の甘酢あえ ごまあえ 沢煮椀 牛乳	24日(木) ごはん 豆腐ハンバーグ スパゲッティソース オニオンスープ 牛乳	25日(金) ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 春雨の中華スープ 牛乳	28日(月) ごはん ししゃものから揚げ 肉じゃが みそ汁 牛乳										
◎和食について知る														
◎副菜について知る														
豆腐ハンバーグについて知る														
◎中学校の食器について知る														
ししゃもの栄養について知る														
●ごはん 精白米 105	わかめ(冷凍) 7.8	●ごはん 精白米 105	にんじん 13 大根 25 えのきだけ 6.5 しょうが 0.39 ●とり肉の甘酢あえ 油(揚げ物) 4 とり肉(皮つき) 80 酒 1.2 片栗粉 0.65 水 2.4 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) もやし 33 小松菜 15 粗塩(ゆで塩) みそ汁 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 たまねぎ 30 新じゃが芋 35 えのきだけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白みそ(減塩) 5.4	●ごはん 精白米 105	にんじん 13 大根 25 えのきだけ 6.5 しょうが 0.39 ●豆腐ハンバーグ 粗塩 0.8 とり肉(皮つき) 80 酒 1.2 片栗粉 0.65 水 2.4 砂糖 0.7 粗塩 0.3 しょうゆ 3.68 砂糖 2.4 ●ごまあえ もしや 20 キャベツ 35 にんじん 5 粗塩(ゆで塩) もやし 33 小松菜 15 粗塩(ゆで塩) みそ汁 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 たまねぎ 30 新じゃが芋 35 えのきだけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 白いりごま 2.5 ●沢煮椀 水 0.65 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 たまねぎ 30 新じゃが芋 35 えのきだけ 6.5 赤みそ(減塩) 5.4 たけのこ(水煮) 10	●ごはん 精白米 100	ベーコン 8 セロリ 3 にんじん 15 水 156 スープの素 1.5 米白絞油 0.5 粗塩 0.9 こしょう 0.04 水 4.8 デミグラスソース 4 トマトケチャップ 5.6 ウスターーソース 1.2 しょうゆ 0.4 ●スパゲッティソース 米白絞油 0.5 唐辛子 0.01 にんにく 0.38 ベーコン 4 キャベツ(市内産) 45 粗塩(ゆで塩) 0.2 白ワイン 0.2 粗塩 0.48 こしょう 0.01 スパゲッティ 18 粗塩(ゆで塩) 1 ●オニオンスープ 米白絞油 1 たまねぎ 80	●ごはん 精白米 105	とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 30 にんじん 12 水 156 米白絞油 0.5 キャベツ 30 にんにく 0.2 粗塩 0.9 こしょう 0.3 豆板醤 0.1 豚ひき肉(もも) 28 砂糖 1.8 春雨 4 しょうゆ 3.5 トマトケチャップ 11 チキンゲン菜 13 水 10 赤みそ(減塩) 3 生揚げ(冷凍) 65 大豆ミート(小粒) 2.5 長ねぎ 15 片栗粉 1.5 ●塩だれ野菜 にんじん 5 もしや 45 きゅうり 10 粗塩(ゆで塩) ごま油 0.45 粗塩 0.4 白いりごま 1.5 ●みそ汁 水 156 こんぶ(だし用) 0.65 けずり節かつお 6.5 豆腐(冷凍・カット) 35 たまねぎ 35 赤みそ(減塩) 5.4	●ごはん 精白米 105	白みそ(減塩) 5.4 わかめ(冷凍) 8			
エネルギー 807 kcal	たんぱく質 28.2 g	エネルギー 836 kcal	たんぱく質 35.4 g	エネルギー 811 kcal	たんぱく質 27.4 g	エネルギー 806 kcal	たんぱく質 34.6 g	エネルギー 799 kcal	たんぱく質 30.0 g					

◎給食目標「中学校の給食について知ろう」

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。

川崎市立中学校 自校調理校

30日(水) [ビンバ(麦ごはん) トマトと卵のスープ カラマンダリン 牛乳		(卵)(乳)				
季節の食品 カラマンダリンについて知る						
●麦ごはん	精白米 米粒麦	95 15	米白絞油 粗塩 こしょう 中華スープの素(袋)	0.5 0.9 0.2 30	ベーコン とり肉(皮なし) たまねぎ 水	2.6 30 26
●ビンバ(肉)	米白絞油 豚肉(もも) 豚肉(肩) 酒 しょうゆ たけのこ(水煮) 砂糖 しょうゆ 片栗粉	0.5 30 30 1.3 0.5 20 2.6 3.9 0.65	粗塩 こしょう トマト(市内産) 片栗粉 鶏卵	0.9 0.04 1.5 0.91 26 1.3 30	アンドミルク 白パン パン粉 ホキフライ デミグラスソース スパゲッティ	○ ○ ○ ○ ○ ○
●ビンバ(ナムル)	ごま油 にんにく 粗塩 みりん 中華スープの素(袋) もやし にんじん 粗塩(ゆで塩) ほうれん草 粗塩(ゆで塩) 白いりごま	1 0.2 0.4 0.1 0.2 45 10 15 1.4	カラマンダリン(1/2) カラマンダリン	66.7		
●トマトと卵のスープ	エネルギー カロリー	846	たんぱく質 g	39.9		

【令和7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
はっこう乳	アンドミルク		○	
白パン	白パン			○
ポテトグラタン	パン粉			○
ホキフライ	ホキフライ			○
豆腐ハンバーグ	デミグラスソース			○
スパゲッティソテー	スパゲッティ			○

※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、さば、大豆、とり肉、豚肉、ごま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。