

月	火	水	木	金
<p>端午の節句の行事食</p> <p>たけのこごはん (しょうゆごはん)</p> <p>めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁</p> <p>かしわもち 牛乳★(乳)</p> <p>879kcal 36.9g</p>	<p>ビビンバ (麦ごはん)</p> <p>肉団子中華スープ* 牛乳★(乳)</p> <p>781kcal 33.6g</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。よろしくお願いいたします。</p>	<p>学校給食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>肉丼 (麦ごはん)</p> <p>豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳★(乳)</p> <p>852kcal 34.8g</p>	<p>麦ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳★(乳)</p> <p>845kcal 31.6g</p>	<p>麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>874kcal 39.8g</p>	<p>麦ごはん とり肉の揚げあえ 春雨の塩炒め たぬき汁 牛乳★(乳)</p> <p>849kcal 36.3g</p>	<p>ごはん ハンバーグ(小) ポイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆のポターージュ(乳)(小) 牛乳★(乳)</p> <p>896kcal 36.8g</p>
<p>ごはん 焼きのり とり肉のしょうが煮 にんじんしりしり* キャベツのみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>797kcal 39.6g</p>	<p>給食休止日</p>	<p>麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の炒め煮 春雨スープ 牛乳★(乳)</p> <p>752kcal 33.1g</p>	<p>高野豆腐のそぼろごはん* (麦ごはん) ひじきのサラダ* じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>763kcal 31.4g</p>	<p>ごはん チキンカツ(小) 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳★(乳)</p> <p>861kcal 30.6g</p>
<p>麦ごはん パオズ(小) ホイコーロー にらと豆腐のスープ 牛乳★(乳)</p> <p>780kcal 35.3g</p>	<p>麦ごはん いかのカレー揚げ もやし炒め 豚汁 牛乳★(乳)</p> <p>808kcal 36.2g</p>	<p>ロールパン★(小) 豚肉のトマトクリーム パスタ(乳)(小) ジュリエンスープ フルーツボンチ 牛乳★(乳)</p> <p>859kcal 32.9g</p>	<p>ごはん さばの塩焼き もやしのうま煮 けんちん汁* 牛乳★(乳)</p> <p>827kcal 34.7g</p>	<p>麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳★(乳)</p> <p>752kcal 32.3g</p>
<p>麦ごはん チキンカレー(小) じゃこきゅうり 牛乳★(乳)</p> <p>793kcal 32.2g</p>	<p>中華丼(卵) (麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>832kcal 35.1g</p>	<p>麦ごはん ちくわの磯辺揚げ(小) 韓国風肉じゃが* 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>845kcal 33.7g</p>	<p>学校給食費の口座振替日(納期限)</p> <p>【第1期】(4・5月分) 6月30日(金)</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> 	

※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、大根は、県内を含む複数の産地より調達します。

※市内産の野菜 12日 ポイル野菜「キャベツ」
19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。)

※★のついているものは、学校に直接配送されます。

※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。

「かわさきぞだち」のPRキャラクター「菜葉ちゃん」



©T.nakamoto

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 5月分献立表(詳細版)

川崎市南部学校給食センター A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。

1日(月)	たけのこごはん(しょうゆごはん) めかじきのから揚げ 豆腐のすまし汁 かしわもち 牛乳	2日(火)	ピビンバ(麦ごはん) 肉団子中華スープ 牛乳	3日(水)	憲法記念日	4日(木)	みどりの日	5日(金)	こどもの日
●しょうゆごはん 精白米 95 しょうゆ 2.5 ●たけのこごはんの具 水 12 酒 0.72 砂糖 2.4 塩 0.12 しょうゆ 5.4 とり肉(皮なし) 12 たけのこ(水煮) 30 にんじん 18 油揚げ(冷) 12 さやいんげん(冷) 5 ●めかじきのから揚げ 揚げ油 3.5 めかじき(角・澱粉付) 70 ●豆腐のすまし汁 水 4 こんぶ 0.6 厚けずり節 6 かんぴょう 2 にんじん 10 塩 0.8 しょうゆ 1.5 なた 8 糸かまぼこ 4 エネルギー 879 kcal たんぱく質 36.9 g	●豆腐(冷) 片栗粉 0.6 長ねぎ 8 ほうれん草(冷) 5 ●かしわもち かしわもち 40 ●ピビンバ(肉) 油 0.6 にんにく 0.2 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1.3 しょうゆ 1.3 切り干し大根 4 たけのこ(水煮・細切) 20 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4 片栗粉 0.6 ●ピビンバ(野菜) もやし 35 にんじん 15 ほうれん草(冷) 10 ゆで塩 1 ごま油 0.1 にんにく 0.1 塩 0.45 みりん 0.1 白いりごま 0.7 白すりごま 0.7 ●肉団子中華スープ エネルギー 781 kcal たんぱく質 33.6 g	水 10 にんじん 10 キャベツ 30 塩 0.7 こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 とり肉団子 30 春雨 3 片栗粉 1.2 チンゲン菜 5 ごま油 0.5	※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。	精白米 97 米粒麦 8 油 0.6 にんにく 0.2 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1.3 しょうゆ 1.3 切り干し大根 4 たけのこ(水煮・細切) 20 砂糖 2.2 しょうゆ 4.4 片栗粉 0.6					
8日(月) 肉井(麦ごはん) 豆腐のみそ汁 冷凍みかん 牛乳	9日(火) 麦ごはん ホキフライ 中濃ソース きんぴらごぼう 彩りコンソメスープ 牛乳	10日(水) 麦ごはん ドライカレー ベジタブルスープ いちごヨーグルト 牛乳	11日(木) 麦ごはん とり肉の揚げあえ 春雨の塩炒め たぬき汁 牛乳	12日(金) ごはん ハンバーグ ポイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆のポタージュ 牛乳	8日(月) ●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●肉井 油 1.2 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 しょうが 1 にんにく 0.4 酒 0.6 こんにゃく 40 ごぼう 10 にんじん 15 たまねぎ 54 砂糖 3 しょうゆ 8.7 片栗粉 2 さやいんげん(冷) 5 ●豆腐のみそ汁 水 4 こんぶ 0.6 厚けずり節 6 たまねぎ 30 豆腐(冷) 40 油揚げ(冷) 7 赤みそ 5 白みそ 5 わかめ(冷) 5 エネルギー 852 kcal たんぱく質 34.8 g	●冷凍みかん 冷凍みかん 80 ●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●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 ●きんぴらごぼう 油 0.5 豚肉(もも) 8 豚肉(肩) 8 ごぼう 22 こんにゃく 12 にんじん 17 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 みりん 1.3 一味唐辛子 0.01 白いりごま 0.8 ごま油 0.2 ●彩りコンソメスープ 油 0.65 とり肉(皮なし) 20 水 20 にんじん 15 エネルギー 845 kcal たんぱく質 31.6 g	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●ドライカレー 油 1.3 豚ひき肉(もも) 45 赤ワイン 2.6 たまねぎ 70 にんじん 38 トマト水煮 10 砂糖 0.5 塩 1.1 ウスターソース 3.5 しょうゆ 2.5 カレー粉 1 ゆで大豆 10 大豆ミート(小粒) 8 片栗粉 1.4 ビーマン 5 ●ベジタブルスープ 油 0.6 ペーコン 2 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 塩 0.8 こしょう 0.02 エネルギー 874 kcal たんぱく質 39.8 g	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●とり肉の揚げあえ 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 40 とり肉(皮なし) 40 しょうゆ 1 酒 2 しょうが 0.3 こんにゃく 30 片栗粉 14.4 油 0.3 たまねぎ 15 水 3 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3 酢 3.8 ●春雨の塩炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 干しいたけ 0.1 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5 エネルギー 849 kcal たんぱく質 36.3 g	●ごはん 精白米 100 ●ハンバーグ ハンバーグ 80 炒めたまねぎ(冷) 7.5 水 5 デミグラスソース 5 トマトケチャップ 7 ウスターソース 1.5 ●ポイル野菜 もやし 18 キャベツ(市産) 29 にんじん 8 ゆで塩 13 ●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋) 8.8 ●白いんげん豆のポタージュ 油 0.6 ペーコン 2.4 とり肉(皮なし) 24 たまねぎ 30 にんじん 12 塩 1 こしょう 0.04 水 5 じゃが芋 25 白いんげん豆ペースト(冷) 40 調理用牛乳 60 油 2.4 小麦粉 3

15日(月)	ごはん 焼きのり にんじんしりしり 牛乳	とり肉のしょうが煮 キャベツのみそ汁	16日(火)	給食休止日		17日(水)	麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の炒め煮 春雨スープ 牛乳	18日(木)	高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん) ひじきのサラダ じゃが芋のみそ汁 牛乳	19日(金)	ごはん チキンカツ 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ ミネストローネ 牛乳
●ごは 精白米 100	●焼きのり 焼きのり(袋)(1/8切5枚) 1.25	●とり肉のしょうが煮 とり肉(皮なし) 80 水 1 酒 3.6 砂糖 5.4 しょうゆ 0.9 たまねぎ 30 片栗粉 1.8 むきえだ豆(冷) 5	●ごは 精白米 45 油揚げ(冷) 8 えのきたけ(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 小松菜 5			●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●あじの香味ソース 揚げ油 3 塩あじ(切り身・濃粉付) 60 油 0.1 にんにく 0.36 しょうが 0.9 しょうゆ 3.6 水 1.8 砂糖 0.45 みりん 3 しょうゆ 0.04 酢 0.6 ごま油 0.22	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.65 豚ひき肉(もも) 45 にんじん 20 酒 1.3 みりん 2.3 砂糖 3.5 しょうゆ 7.7 凍り豆腐 6.5	●ごは 精白米 100 塩 0.9 こしょう 0.6 水 25 スープの素 0.6 キャベツ 25 トマト(市内産) 26 トマト水煮 4 トマトケチャップ 2.5	
●にんじんしりしり まぐろフレーク 22 にんじん 40 砂糖 0.8 塩 0.2 しょうゆ 1 白いりごま 1.4	●キャベツのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節 20 たまねぎ 5	●にんじんしりしり まぐろフレーク 22 にんじん 40 砂糖 0.8 塩 0.2 しょうゆ 1 白いりごま 1.4	●にんじんしりしり まぐろフレーク 22 にんじん 40 砂糖 0.8 塩 0.2 しょうゆ 1 白いりごま 1.4			●切り干し大根の炒め煮 油 0.5 とり肉(皮なし) 7 にんじん 10 切り干し大根 4.5 油揚げ(冷) 7 水 1.3 砂糖 3.2 さやいんげん(冷) 5	●春雨スープ 水 5	●ひじきのサラダ ひじき 0.8 にんじん 10 キャベツ 30 むきえだ豆(冷) 10 ゆで塩 1.7 酢 0.7 砂糖 3 しょうゆ 0.7 油 0.4 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4	●じゃが芋と豆のサラダ じゃが芋 25 きゅうり 8 たまねぎ 10 ゆで塩 10 まぐろフレーク 10 ミックスビーンズ 10 酢 0.9 砂糖 0.2 塩 0.27 こしょう 0.01 ドレッシング 5 (マヨネーズタイプ卵不使用)	●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 たまねぎ 35	
エネルギー 797 kcal	たんぱく質 39.6 g	エネルギー 797 kcal	たんぱく質 39.6 g			エネルギー 752 kcal	たんぱく質 33.1 g	エネルギー 763 kcal	たんぱく質 31.4 g	エネルギー 861 kcal	たんぱく質 30.6 g
22日(月)	麦ごはん パオズ ホイコーロー にらと豆腐のスープ 牛乳	23日(火)	麦ごはん いかのカレー揚げ もやし炒め 豚汁 牛乳	24日(水)	ロールパン 豚肉のトマトクリームバスタ ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳	25日(木)	ごはん さばの塩焼き もやしのうま煮 けんちん汁 牛乳	26日(金)	麦ごはん 生揚げの四川煮 塩だれ野菜 中華スープ 牛乳		
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●パオズ パオズ 50	●ホイコーロー 油 1 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豚肉(もも) 22.5 豚肉(肩) 22.5 酒 1 長ねぎ 10 キャベツ 60 ゆで塩 0.1 しょうゆ 3 テンメンジャン 3 砂糖 1.4 オイスターソース 0.5 ごま油 0.6 豆板醤 0.2 片栗粉 2 ピーマン 5	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●パオズ パオズ 50	●ロールパン ロールパン 60	●ごはん 精白米 100	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8				
●にらと豆腐のスープ 水 20 とり肉(皮なし) 20	●にらと豆腐のスープ 水 20 とり肉(皮なし) 20	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●豚肉のトマトクリームバスタ 油 0.7 にんにく 0.7 エリンギ(冷) 12 豚肉(もも) 24 豚肉(肩) 24 たまねぎ 24 にんじん 17 チーズ 6 トマト水煮 24 トマトケチャップ 3 塩 0.8 こしょう 0.05	●さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60	●生揚げの四川煮 油 0.6 にんにく 0.2 しょうが 0.4 豆板醤 0.4 豚ひき肉(もも) 32 砂糖 1 しょうゆ 2.5 トマトケチャップ 12 水 12 赤みそ 3 生揚げ(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.5	●生揚げの四川煮 油 0.6 にんにく 0.2 しょうが 0.4 豆板醤 0.4 豚ひき肉(もも) 32 砂糖 1 しょうゆ 2.5 トマトケチャップ 12 水 12 赤みそ 3 生揚げ(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.5				
エネルギー 780 kcal	たんぱく質 35.3 g	エネルギー 808 kcal	たんぱく質 36.2 g	エネルギー 859 kcal	たんぱく質 32.9 g	エネルギー 827 kcal	たんぱく質 34.7 g	エネルギー 752 kcal	たんぱく質 32.3 g		

29日(月)	麦ごはん チキンカレー じゃこきゅうり 牛乳	乳小	30日(火)	中華丼(麦ごはん) ピリ辛わかめスープ ヨーグルト 牛乳	卵乳	31日(水)	麦ごはん ちくわの磯辺揚げ 韓国風肉じゃが 野菜スープ 牛乳	乳小														
●麦ごはん	精白米 102 米粒麦 8	きゅうり 42 ゆで塩 0.6 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●麦ごはん	精白米 97 米粒麦 8	こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 20 長ねぎ 10 片栗粉 0.6 わかめ(冷) 10 ラー油 0.1 ごま油 0.5	●麦ごはん	油 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 15 水 25 もやし 30 キャベツ 1 塩 0.04 こしょう 1.3 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 にら 5 ごま油 0.6	●チキンカレー	油 0.7 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 47 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 白ワイン 1.5 炒めたまねぎ(冷) 14 にんじん 32 水 50 じゃが芋 12 トマト水煮 2 カラメルソース 6.5 小麦粉 1 カレー粉 1.4 塩 0.03 こしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース	●中華丼	油 0.6 豚肉(もも) 22 豚肉(肩) 22 にんじん 22 たけのこ(水煮) 15 たまねぎ 35 キャベツ 65 塩 1.2 砂糖 0.65 がらスープ 0.3 オイスターソース 0.3 しょうゆ 1.7 なた 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 ごま油 0.6	●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	●韓国風肉じゃが	油 0.5 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 こんにゃく 18 にんじん 14 たまねぎ 23 水 45 じゃが芋 0.4 酒 1.8 砂糖 5 しょうゆ 0.18 にんにく 1.2 コチジャン 0.5 ごま油 3 長ねぎ 1.8 白いりごま	●じゃこきゅうり(じゃこ)	ごま油 0.3 しらす干し 3	●ピリ辛わかめスープ	油 0.6 にんにく 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 10 水 20 もやし 0.9 塩	●野菜スープ	エネルギー 845 kcal	たんばく質 33.7 g
●じゃこきゅうり(きゅうり)	エネルギー 793 kcal	たんばく質 32.2 g	●ピリ辛わかめスープ	エネルギー 832 kcal	たんばく質 35.1 g	●野菜スープ	エネルギー 845 kcal	たんばく質 33.7 g														

【令和5年5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
ホキフライ	ホキフライ			○
パオズ	パオズ			○
いちごヨーグルト	いちごヨーグルト	○		
ロールパン	ロールパン			○
豚肉のトマトクリームパスタ	ペンネマカロニ			○
ハンバーグ	ハンバーグ			○
	デミグラスソース			○
チキンカツ	チキンカツ			○
ヨーグルト	ヨーグルト	○		

※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、いか、ごま、さば、大豆、とり肉、豚肉、オレンジ、もも、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。

※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