

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>▲詳細はこちら</p>	<p>キムたく丼 (ごはん) わかめのみそ汁 ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳)</p> <p>829kcal 32.2g</p>	<p>節分の行事食</p> <p>麦ごはん いわしのかば焼き* 白菜のおかかあえ けんちん汁* いり大豆 牛乳★(乳)</p> <p>758kcal 31.6g</p>
5日	6日	7日	8日	9日
<p>ごはん すき焼き煮 塩だれ野菜 大根のとろみ汁 牛乳★(乳)</p> <p>750kcal 34.3g</p>	<p>麦ごはん とり肉のから揚げ 大根しりしり カレーすいとん(小) 牛乳★(乳)</p> <p>884kcal 39.0g</p>	<p>みそそぼろごはん (麦ごはん) 生揚げのスープ ぼんかん 牛乳★(乳)</p> <p>758kcal 35.2g</p>	<p>チキンクリーム ライス(乳)(小) (麦ごはん) コーンソテー 牛乳★(乳)</p> <p>895kcal 31.8g</p>	<p>赤魚のてり焼き 肉じゃが 冬野菜のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>780kcal 37.6g</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 免疫力アップ <副菜> 大根しりしり</p>				
	13日	14日	15日	16日
	<p>麦ごはん さけの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳★(乳)</p> <p>851kcal 41.6g</p>	<p>ロールパン★(小) こまつナのトマト クリームパン(乳)(小) ベジタブルスープ 湘南ゴールド ゼリー入りポンチ 牛乳★(乳)</p> <p>881kcal 30.3g</p>	<p>麦ごはん 揚げぎょうざ(小) スタミナ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳★(乳)</p> <p>803kcal 29.2g</p>	<p>ハヤシライス(乳)(小) (麦ごはん) じゃことキャベツの ごま酢あえ 牛乳★(乳)</p> <p>864kcal 30.4g</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) 【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 お願ひいたします。</p> 
26日	27日	28日	29日	
<p>麦ごはん ハンバーグ たまねぎソース(小) ポテトサラダ コンソメスープ(卵) 牛乳★(乳)</p> <p>816kcal 32.2g</p>	<p>麦ごはん さばのねぎみそかけ もやしとうま煮 豆腐のすまし汁 牛乳★(乳)</p> <p>835kcal 29.3g</p>	<p>麦ごはん とり肉の香味焼き じゃが芋の和風あえ 白菜とえのきのみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>785kcal 35.7g</p>	<p>麦ごはん 豚肉と生揚げの炒め煮 大根サラダ 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>749kcal 28.7g</p>	

※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳です。キャベツと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
9日 冬野菜のみそ汁「大根」「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。)

※★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ぎ、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、大根、ほうれん草、牛乳の予定です。

※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、学校からの配布物などでご確認ください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)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。

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、学校給食シブもご覧いただけます。



▲詳細はこちら

12日(月)	振替休日	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
		表ごはん さけの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳	ロールパン こまつナのトマトクリームペンネ ベジタブルスープ 湘南ゴールドゼリー入りボンチ 牛乳	表ごはん 揚げぎょうざ スタミナ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳	表ごはん 揚げぎょうざ スタミナ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳
		● 表ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ● さけの塩焼き 塩ざけ(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 こんにゃく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4 ● 豚汁 油 0.6 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 10 にんじん 20 水 25 大根 25 じゃが芋 25 豆腐(冷) 35 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 5 エネルギー 851 kcal たんぱく質 41.6 g	● ロールパン ロールパン 60 ● こまつナのトマトクリームペンネ 油 0.6 にんにく 0.3 たまねぎ 20 にんじん 12 まぐろフレーク 30 白ワイン 1 トマト水煮 25 トマトケチャップ 5 塩 0.6 こしょう 0.04 水 20 脱脂粉乳 10 油 2 小麦粉 2 生クリーム 3 小松菜 10 ペンネマカロニ 27 ゆで塩 ● ベジタブルスープ 油 0.65 ベーコン 5 たまねぎ 30 にんじん 20 水 4 塩 0.8 エネルギー 881 kcal たんぱく質 30.3 g	● 表ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ● 揚げぎょうざ 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60 ● スタミナ炒め 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 10 たまねぎ 20 砂糖 1.4 しょうゆ 4.2 塩 0.07 オイスターソース 1.4 もやし 40 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 3 水 15 とり肉(皮なし) 15 にんじん 10 エネルギー 803 kcal たんぱく質 29.2 g	● 表ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ● ハヤシライス 油 0.7 にんにく 0.6 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 赤ワイン 3.9 たまねぎ 78 にんじん 26 水 1 塩 0.01 こしょう 35 じゃが芋 10 トマト水煮 12 トマトケチャップ 6.5 デミグラスソース 4.6 ウスターソース 2 しょうゆ 0.1 砂糖 5.7 油 6.4 小麦粉 3.9 ● じゃことキャベツのごま酢あえ にんじん 10 キャベツ 35 小松菜 10 エネルギー 864 kcal たんぱく質 30.4 g
19日(月)	ごはん とり肉のマーメレードマヨソース ポイル野菜たまねぎドレッシングあえ ポトフ 牛乳	表ごはん ミートボールカレー キャベツのスープ煮 牛乳	21日(水)	22日(木)	23日(金)
● ごはん 精白米 100 ● とり肉のマーメレードマヨソース 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 酒 1.3 しょうゆ 0.9 塩 0.2 こしょう 0.01 しょうが 0.2 ごま油 0.3 片栗粉 10.5 ドレッシング 8.8 (マヨネーズタイプ卵不使用) マーメレード 7 豆乳 9 ● ポイル野菜 たまねぎドレッシングあえ ホールコーン(冷) 15 もやし 25 キャベツ 25 ゆで塩 8 たまねぎドレッシング 8 ● ポトフ 油 0.6 ベーコン 5 エネルギー 908 kcal たんぱく質 34.2 g	● 表ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ● ミートボールカレー 油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 35 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 35 にんじん 32 水 40 じゃが芋 8 トマト水煮 2 カラメルソース 1.4 塩 0.03 こしょう 2 しょうゆ 4 ウスターソース 5.2 油 5.8 小麦粉 1 カレー粉 40 肉団子 0.6 油 4.8 ベーコン 66 ● キャベツのスープ煮 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 エネルギー 846 kcal たんぱく質 27.3 g	● 表ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ● 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 0.45 塩 0.1 みりん 0.7 白いりごま 0.7 白すりごま 0.7 ● とり肉と白菜のスープ エネルギー 756 kcal たんぱく質 33.3 g	● ごはん 精白米 100 油 3 小麦粉 3 ● 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 ● 野菜ソテー 油 0.5 ベーコン 2 にんじん 15 ホールコーン(冷) 30 ほうれん草(冷) 10 塩 0.3 こしょう 0.02 ● 白菜のクリームスープ 油 0.4 ベーコン 2.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 20 にんじん 10 塩 1 こしょう 0.05 水 55 白菜 55 調理用牛乳 55 エネルギー 883 kcal たんぱく質 30.7 g	天皇誕生日	

26日(月)	麦ごはん ハンバーグたまねぎソース ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳	27日(火)	麦ごはん さばのねぎみそかけ もやしのうま煮 豆腐のすまし汁 牛乳	28日(水)	麦ごはん とり肉の香味焼き じゃが芋の和風あえ 白菜とえのきのみそ汁 牛乳	29日(木)	麦ごはん 豚肉と生揚げの炒め煮 大根サラダ 野菜スープ 牛乳
●麦ごはん	ベーコン 2 とり肉(皮なし) 15 にんじん 10 たまねぎ 20 水	●麦ごはん	にんじん 5 塩 0.7 しょうゆ 1.5 なたと 5 豆腐(冷) 40	●麦ごはん	油 0.3 ごぼう 5 水 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 25 にんじん 10 えのきたけ(冷) 10 油揚げ(冷) 10 白菜 25 赤みそ 5 白みそ 5	●麦ごはん	とり肉(皮なし) 20 にんじん 15 水 もやし 30 キャベツ 25 塩 1 ごしょう 0.04 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
●ハンバーグたまねぎソース	ハンバーグ 80 油 0.2 たまねぎ 10 水 5 砂糖 0.8 しょうゆ 2.4 酢 0.5 みりん 1.6 片栗粉 0.3	●さばのねぎみそかけ	揚げ油 3 さば(切り身・濃粉付) 60 油 0.18 長ねぎ 6.3 水 4.5 赤みそ 5.4 砂糖 1.8 みりん 1.8 酒 0.9	●とり肉の香味焼き	とり肉(もも皮なし・切り身) 80 しょうが 1.3 酒 2 しょうゆ 1 水 10 砂糖 1 しょうゆ 2 塩 0.1 ごしょう 0.02 豆板醤 0.05 長ねぎ 4 ごま油 0.5 片栗粉 0.5	●豚肉と生揚げの炒め煮	油 0.6 豚肉(もも) 20 一味唐辛子 0.01 にんじん 10 じゃが芋 30 水 5 生揚げ(冷) 55 砂糖 2.1 しょうゆ 5 長ねぎ 10 片栗粉 1.3
●ポテトサラダ	じゃが芋 55 にんじん 8 きゅうり 8 たまねぎ 8 ゆで塩 塩 0.4 砂糖 0.5 酢 1 ごしょう 0.02 ドレッシング 5.6 (マヨネーズタイプ卵不使用)	●もやしのうま煮	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	●じゃが芋の和風あえ	じゃが芋 56 にんじん 8 ごま油 0.4 ひじき 0.4 しょうゆ 2.8 酒 2.1 みりん 2.1 むきえだ豆(冷) 5 けずり節(かつお) 0.8	●大根サラダ	わかめ(冷) 6 大根 40 ホールコーン(冷) 10 ゆで塩 1.6 酢 0.8 砂糖 0.2 塩 2 しょうゆ 1.2
●コンソメスープ	油 0.65	●豆腐のすまし汁	水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 6	●野菜スープ	油 0.6	エネルギー 816 kcal	たんぱく質 32.2 g
エネルギー 816 kcal	たんぱく質 32.2 g	エネルギー 835 kcal	たんぱく質 29.3 g	エネルギー 785 kcal	たんぱく質 35.7 g	エネルギー 749 kcal	たんぱく質 28.7 g

【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
カレーすいとん	すいとん(冷)			○
ハヤシライス	デミグラスソース			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
ホキフライ	ホキフライ			○
揚げぎょうざ	野菜ぎょうざ			○
ハンバーグたまねぎソース	ハンバーグ			○
ロールパン	ロールパン			○
こまつなのトマトクリームペンネ	ペンネマカロニ			○

※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、さけ、さば、大豆、とり肉、豚肉、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