

| 月                                                                                               | 火                                                                                                   | 水                                                                                             | 木                                                                                           | 金                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3日<br>麦ごはん<br>チキン<br>ストロガノフ(乳)小<br>野菜ソテー<br>牛乳★(乳)<br>867kcal 31.0g                             | 4日<br>歯と口の健康週間の行事食<br>麦ごはん<br>ししゃもフライ(小)<br>中濃ソース<br>きんぴらごぼう<br>じゃが芋のみそ汁<br>牛乳★(乳)<br>799kcal 25.4g | 5日<br>麦ごはん<br>ボークチャップ<br>ポイル野菜<br>和風ドレッシング<br>白いんげん豆の<br>ポタージュ(乳)小<br>牛乳★(乳)<br>903kcal 39.6g | 6日<br>麦ごはん<br>ごま塩<br>とり肉のレモンじょうゆ<br>もやし炒め<br>キャベツのみそ汁<br>牛乳★(乳)<br>855kcal 33.2g            | 7日<br>麦ごはん<br>韓国風肉じゃが*<br>ツナサラダ<br>にらと豆腐のスープ<br>牛乳★(乳)<br>782kcal 31.2g                                          |
| 10日<br>麦ごはん<br>かつおのつけ揚げ<br>根菜のごまサラダ<br>春雨スープ<br>牛乳★(乳)<br>776kcal 34.8g                         | 11日<br>麦ごはん<br>蒸ししゅうまい(小)<br>チャプチェ<br>わかめスープ<br>牛乳★(乳)<br>757kcal 26.8g                             | 12日<br>クファージュシー<br>(ごはん)<br>とり肉の<br>塩こうじから揚げ*<br>もずくのみそ汁<br>牛乳★(乳)<br>813kcal 33.0g           | 13日<br>ガバオライス*<br>(麦ごはん)<br>野菜スープ<br>フルーツポンチ<br>牛乳★(乳)<br>855kcal 35.2g                     | 14日<br>麦ごはん<br>まぐろのみそがらめ*<br>おひたし<br>沢煮椀<br>牛乳★(乳)<br>761kcal 36.9g                                              |
| 17日<br>タコライス*<br>(麦ごはん)<br>タコライスの具<br>ポイルキャベツ<br>粉チーズ(乳)<br>ベジタブルスープ<br>牛乳★(乳)<br>777kcal 33.4g | 18日<br>ホイコーロー丼*<br>(麦ごはん)<br>トマトと卵のスープ(卵)<br>ヨーグルト★(乳)<br>牛乳★(乳)<br>870kcal 36.2g                   | 19日<br>麦ごはん<br>あじの香味ソース<br>切り干し大根の<br>ベーコン煮*<br>豚肉となすのみそ汁<br>牛乳★(乳)<br>749kcal 34.9g          | 20日<br>麦ごはん<br>豚肉と生揚げの炒め煮<br>塩だれ野菜<br>肉団子中華スープ*<br>牛乳★(乳)<br>770kcal 28.9g                  | 21日<br>麦ごはん<br>ビーンズカレー(小)<br>きゅうりのしょうが風味<br>牛乳★(乳)<br>863kcal 31.7g                                              |
| 24日<br>ツナそぼろごはん*<br>(ごはん)<br>ごまあえ<br>けんちん汁*<br>牛乳★(乳)<br>795kcal 28.9g                          | 25日<br>麦ごはん<br>揚げぎょうざ(小)<br>豚肉のキムチ炒め<br>チンゲン菜のごまスープ<br>牛乳★(乳)<br>835kcal 33.6g                      | 26日<br>麦ごはん<br>さばの塩焼き<br>五目豆<br>豚汁<br>牛乳★(乳)<br>901kcal 37.3g                                 | 27日<br>丸パン★(小)<br>かぼちゃコロッケ(小)<br>スパゲッティ<br>イタリアン(乳)小<br>ジュリエンスープ<br>牛乳★(乳)<br>796kcal 25.5g | 28日<br>市制100周年お祝い献立<br>麦ごはん<br>豚の角煮(卵)<br>「かわさきそだち」のサラダ<br>お祝いすまし汁<br>「かわさきそだち」のなしゼリー<br>牛乳★(乳)<br>881kcal 38.4g |



川崎の農産物やその歴史について考えるきっかけとするため、市制100周年お祝い献立として、市内産多摩川梨を使った「かわさきそだち」のなしゼリーを市立小学校、中学校、特別支援学校で提供します。



学校給食費の口座振替日(納期限)  
【第1期】(4・5月分)  
7月1日(月)  
【第2期】(6月分)  
7月31日(水)  
※前日までに登録口座に入金・残高のご確認をさせていただきます。

学校給食レシピとレシピ動画を公開中！  
\*がついた料理についてはレシピやレシピ動画を紹介しています。  
▲詳細はこちら



※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、とうがんは県内を含む複数の産地より調達します。  
※「かわさきそだち」(市内産)の野菜  
17日 ベジタブルスープ 「たまねぎ」 菜葉ちゃんのイラストのある日は「かわさきそだち」の使用日です。  
18日 トマトと卵のスープ 「トマト」  
28日 「かわさきそだち」のサラダ 「きゅうり」「湘南レッド」  
(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。)  
※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いただくようお願いいたします。  
※★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。



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6年 6月分献立表(詳細版)

◎給食目標「歯や骨を丈夫にしよう」

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。

川崎市南部学校給食センター 日献立

※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。

|                                                                                                                                                                                                                   |                                       |    |                                                                        |                                              |    |                                                                                                                                                                                                                        |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   |                                                                                                                                         |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 3日(月)                                                                                                                                                                                                             | 麦ごはん<br>チキンストロガノフ<br>野菜ソテー 牛乳         | 乳小 | 4日(火)                                                                  | 麦ごはん<br>ししゃもフライ 中濃ソース<br>きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 牛乳 | 乳小 | 5日(水)                                                                                                                                                                                                                  | 麦ごはん<br>ポークチャップ<br>ポイル野菜 和風ドレッシング<br>白いんげん豆のポターージュ 牛乳 | 乳小 | 6日(木)                                                                                                 | 麦ごはん<br>ごま塩 とり肉のレモンじょうゆ<br>もやし炒め キャベツのみそ汁 牛乳 | 乳 | 7日(金)                                                                                                                                   | 麦ごはん<br>韓国風肉じゃが ツナサラダ<br>にらと豆腐のスープ 牛乳 | 乳 |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| 【献立のねらい】◎牛乳のカルシウムについて知る                                                                                                                                                                                           |                                       |    | ◎歯と口の健康について考える                                                         |                                              |    | 白いんげん豆の特徴を知る                                                                                                                                                                                                           |                                                       |    | とり肉のレモンじょうゆを味わう                                                                                       |                                              |   | 乾物の特徴を知る                                                                                                                                |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●麦ごはん<br>精白米 102<br>米粒麦 8                                                                                                                                                                                         |                                       |    | こしょう 0.02                                                              |                                              |    | ●麦ごはん<br>精白米 97<br>米粒麦 8                                                                                                                                                                                               |                                                       |    | こしょう 0.02<br>しょうゆ 0.6<br>片栗粉 0.5<br>チンゲン菜 5                                                           |                                              |   | ●麦ごはん<br>精白米 92<br>米粒麦 8                                                                                                                |                                       |   | こしょう 0.02                                                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●チキンストロガノフ<br>油 0.7<br>とり肉(皮つき) 70<br>赤ワイン 4<br>たまねぎ 54<br>にんじん 30<br>水 30<br>たまねぎ 30<br>トマト水煮 5<br>塩 1.1<br>こしょう 0.07<br>デミグラスソース 16<br>トマトケチャップ 6.5<br>ウスターソース 5.2<br>しょうゆ 1.3<br>小麦粉 6.4<br>油 5.3<br>生クリーム 2.5 |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●ししゃもフライ<br>揚げ油 6.5<br>子持ちししゃもフライ 50                                                                                                                                                                                   |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●キャベツのみそ汁<br>水 6<br>たまねぎ 22<br>キャベツ 45<br>油揚げ(冷) 8<br>酒 5<br>赤みそ 5<br>白みそ 5<br>ほうれん草(冷) 5                                               |                                       |   | ●韓国風肉じゃが<br>豚肉(もも) 20<br>豚肉(肩) 20<br>こんにやく 20<br>にんじん 15<br>たまねぎ 25<br>水 5<br>じゃが芋 50<br>酒 0.4<br>砂糖 2<br>しょうゆ 5.5<br>にんにく 0.2<br>コチジャン 1.3<br>ごま油 0.5<br>長ねぎ 3 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●野菜ソテー<br>油 0.5<br>ベーコン 2<br>にんじん 15<br>ホールコーン(冷) 30<br>ほうれん草(冷) 10<br>塩 0.3                                                                                                                                      |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●中濃ソース<br>中濃ソース(袋) 8                                                                                                                                                                                                   |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●とり肉のレモンじょうゆ<br>揚げ油 3.5<br>とり肉(皮つき) 70<br>酒 1.2<br>塩 0.3<br>片栗粉 10.5<br>水 5.4<br>砂糖 4.5<br>しょうゆ 10<br>たまねぎ 3<br>パブリカ(赤) 2.7<br>レモン果汁(冷) |                                       |   | ●ツナサラダ<br>切り干し大根 5.5<br>ホールコーン(冷) 8<br>きゅうり 10<br>ゆで塩 10<br>まぐろフレーク 10<br>しょうゆ 1<br>ドレッシング 5<br>(マヨネーズタイプ卵不使用)                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●きんぴらごぼう<br>油 0.5<br>豚肉(もも) 8<br>豚肉(肩) 8<br>ごぼう 22<br>こんにやく 12<br>にんじん 17<br>砂糖 1.5<br>しょうゆ 3.2<br>みりん 1.3<br>一味唐辛子 0.01<br>白いりごま 0.8<br>ごま油 0.2                                                                  |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●ポークチャップ<br>にんにく 0.5<br>豚肉(もも) 35<br>豚肉(肩) 35<br>油 0.2<br>たまねぎ 25<br>塩 0.2<br>こしょう 0.03<br>しょうゆ 0.5<br>ウスターソース 4<br>トマトケチャップ 6<br>片栗粉 0.3                                                                              |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●もやし炒め<br>油 0.5<br>ベーコン 3.6<br>たまねぎ 12<br>にんじん 6<br>もやし 50<br>ゆで塩 0.3                                                                   |                                       |   | ●にらと豆腐のスープ<br>水 15<br>とり肉(皮なし) 25<br>たまねぎ 0.8<br>塩 0.02<br>こしょう 1.3<br>がらスープ 2.4<br>しょうゆ 40<br>豆腐(冷) 1.2<br>片栗粉 8<br>にら 0.8<br>ごま油 0.6                          |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●ポイル野菜<br>ホールコーン(冷) 8<br>キャベツ 12<br>にんじん 10<br>もやし 30<br>ゆで塩                                                                                                                                                      |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●和風ドレッシング<br>和風ドレッシング(袋) 8.8                                                                                                                                                                                           |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●白いんげん豆のポターージュ<br>油 0.6                                                                                                                 |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| エネルギー 867 kcal                                                                                                                                                                                                    |                                       |    | たんぱく質 31.0 g                                                           |                                              |    | エネルギー 799 kcal                                                                                                                                                                                                         |                                                       |    | たんぱく質 25.4 g                                                                                          |                                              |   | エネルギー 903 kcal                                                                                                                          |                                       |   | たんぱく質 39.6 g                                                                                                                                                    |  |  | エネルギー 855 kcal                                                                                                                                                                                                  |  |  | たんぱく質 33.2 g                                                                                          |  |  | エネルギー 782 kcal                                                                                                        |  |  | たんぱく質 31.2 g                                                                                                    |  |  |
| 10日(月)                                                                                                                                                                                                            | 麦ごはん<br>かつおのつけ揚げ<br>根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳 | 乳  | 11日(火)                                                                 | 麦ごはん<br>蒸ししゅうまい チャプチェ<br>わかめスープ 牛乳           | 乳小 | 12日(水)                                                                                                                                                                                                                 | クファジュシー(ごはん)<br>とり肉の塩こうじから揚げ<br>もずくのみそ汁 牛乳            | 乳  | 13日(木)                                                                                                | ガパオライス(麦ごはん) 野菜スープ<br>フルーツポンチ 牛乳             | 乳 | 14日(金)                                                                                                                                  | 麦ごはん<br>まぐろのみそがらめ おひたし<br>沢煮糰 牛乳      | 乳 |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ◎噛むことを意識して食べる                                                                                                                                                                                                     |                                       |    | 海藻の栄養を知る                                                               |                                              |    | 沖縄の食文化を知る                                                                                                                                                                                                              |                                                       |    | タイ料理のガパオライスを味わう                                                                                       |                                              |   | ◎まぐろに含まれるビタミンDについて知る                                                                                                                    |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                                                                                                                                 |  |  |                                                                                                       |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●麦ごはん<br>精白米 92<br>米粒麦 8                                                                                                                                                                                          |                                       |    | にんじん 10<br>塩 1<br>こしょう 0.02<br>しょうゆ 1.2<br>春雨 0.6<br>片栗粉 6<br>ほうれん草(冷) |                                              |    | ●麦ごはん<br>精白米 97<br>米粒麦 8                                                                                                                                                                                               |                                                       |    | 水 15<br>とり肉(皮なし) 15<br>にんじん 30<br>たまねぎ 0.8<br>塩 0.02<br>こしょう 1.3<br>がらスープ 1.5<br>片栗粉 1.2<br>わかめ(冷) 13 |                                              |   | ●ごはん<br>精白米 100                                                                                                                         |                                       |   | もずく 5                                                                                                                                                           |  |  | ●麦ごはん<br>精白米 102<br>米粒麦 8                                                                                                                                                                                       |  |  | キャベツ 25<br>塩 1<br>こしょう 0.04<br>がらスープ 1.3<br>しょうゆ 1.3<br>片栗粉 1.3<br>にら 5<br>ごま油 0.6                    |  |  | ●麦ごはん<br>精白米 92<br>米粒麦 8                                                                                              |  |  | 厚けずり節(かつお) 4<br>豚肉(もも) 8<br>豚肉(肩) 8<br>ごぼう 10<br>切り干し大根 5<br>にんじん 15<br>酒 0.5<br>塩 0.8<br>しょうゆ 2<br>さいいんげん(冷) 5 |  |  |
| ●かつおのつけ揚げ<br>揚げ油 3<br>かつお(角・澱粉付) 60<br>水 1.6<br>砂糖 3.2<br>しょうゆ 1.6<br>みりん 1.6                                                                                                                                     |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●蒸ししゅうまい<br>きのこしゅうまい 60                                                                                                                                                                                                |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●クファジュシーの具<br>油 0.5<br>豚肉(肩) 18<br>酒 1.4<br>にんじん 15<br>水 3.5<br>しょうゆ 0.1<br>塩 0.6<br>みりん 0.6<br>きざみこんぶ(乾) 1.2                           |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  | ●ガパオライス<br>油 0.6<br>にんにく 1<br>とり肉(皮つき) 60<br>たまねぎ 25<br>ホールコーン(冷) 7<br>塩 0.3<br>こしょう 0.01<br>砂糖 1<br>しょうゆ 3<br>ナンプラー 0.5<br>みりん 2<br>豆板醤 0.3<br>オイスターソース 1<br>バジルペースト 0.4<br>大豆ミート(大粒) 8<br>ピーマン 5<br>パブリカ(赤) 5 |  |  | ●まぐろのみそがらめ<br>揚げ油 3<br>まぐろ(角) 60<br>しょうが 0.5<br>しょうゆ 1.8<br>片栗粉 10.8<br>水 5<br>赤みそ 4<br>砂糖 2<br>みりん 1 |  |  | ●おひたし<br>水 0.1<br>こんぶ 1.2<br>厚けずり節(かつお) 0.5<br>砂糖 2.9<br>しょうゆ 1<br>みりん 8<br>油揚げ(冷) 42<br>もやし 10<br>ほうれん草(冷) 10<br>ゆで塩 |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●根菜のごまサラダ<br>チキンフレーク 12<br>ごぼう 10<br>にんじん 5<br>切り干し大根 3<br>ホールコーン(冷) 5<br>むきえた豆(冷) 3<br>ゆで塩 10<br>ごまドレッシング 10<br>白すりごま 1                                                                                          |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●チャプチェ<br>油 0.5<br>にんにく 0.2<br>豚肉(もも) 7.5<br>豚肉(肩) 7.5<br>塩 0.1<br>こしょう 0.01<br>オイスターソース 1<br>たまねぎ 20<br>砂糖 0.3<br>酒 0.3<br>もやし 15<br>にんじん 11<br>キャベツ 20<br>春雨 6<br>にら 3<br>しょうゆ 3.6<br>砂糖 0.6<br>白いりごま 0.5<br>ごま油 0.5 |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●とり肉の塩こうじから揚げ<br>揚げ油 3.5<br>とり肉(皮つき) 70<br>液体塩こうじ 6<br>片栗粉 12.9                                                                         |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  | ●フルーツポンチ<br>ミックスフルーツ 60<br>ダイゼリー(みかん) 40                                                                                                                                                                        |  |  | ●沢煮糰<br>水 0.6<br>こんぶ                                                                                  |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| ●春雨スープ<br>水 0.6<br>こんぶ 4<br>厚けずり節(かつお) 7.5<br>豚肉(もも) 7.5<br>豚肉(肩) 7.5<br>たまねぎ 25                                                                                                                                  |                                       |    |                                                                        |                                              |    | ●わかめスープ<br>ベーコン 2.4                                                                                                                                                                                                    |                                                       |    |                                                                                                       |                                              |   | ●もずくのみそ汁<br>水 0.6<br>こんぶ 6<br>厚けずり節(かつお) 3<br>かんぴょう 20<br>たまねぎ 20<br>とうがん 20<br>豆腐(冷) 28<br>赤みそ 5<br>白みそ 5                              |                                       |   |                                                                                                                                                                 |  |  | ●野菜スープ<br>油 0.6<br>豚肉(もも) 10<br>豚肉(肩) 10<br>にんじん 15<br>水 30<br>もやし                                                                                                                                              |  |  | ●おひたし<br>水 0.6<br>こんぶ                                                                                 |  |  |                                                                                                                       |  |  |                                                                                                                 |  |  |
| エネルギー 776 kcal                                                                                                                                                                                                    |                                       |    | たんぱく質 34.8 g                                                           |                                              |    | エネルギー 757 kcal                                                                                                                                                                                                         |                                                       |    | たんぱく質 26.8 g                                                                                          |                                              |   | エネルギー 813 kcal                                                                                                                          |                                       |   | たんぱく質 33.0 g                                                                                                                                                    |  |  | エネルギー 855 kcal                                                                                                                                                                                                  |  |  | たんぱく質 35.2 g                                                                                          |  |  | エネルギー 761 kcal                                                                                                        |  |  | たんぱく質 36.9 g                                                                                                    |  |  |

※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。

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                        |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                               |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                   |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                   |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                              |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 17日(月)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | タコライス(麦ごはん タコライスの具<br>ボイルキャベツ 粉チーズ)<br>ベジタブルスープ 牛乳 (乳) |  |  | 18日(火)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ホイコーロー丼(麦ごはん)<br>トマトと卵のスープ ヨーグルト 牛乳 (卵)(乳)    |  |  | 19日(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 麦ごはん あじの香味ソース<br>切り干し大根のベーコン煮<br>豚肉となすのみそ汁 牛乳 (乳) |  |  | 20日(木)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 麦ごはん 豚肉と生揚げの炒め煮<br>塩だれ野菜 肉団子中華スープ 牛乳 (乳)          |  |  | 21日(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 麦ごはん ビーンズカレー<br>きゅうりのしょうが風味 牛乳 (乳)(小)                        |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
| 沖縄料理のタコライスを味わう                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                        |  |  | 卵の栄養を知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                               |  |  | ◎カルシウムを多く含む食品を知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                   |  |  | とうがんについて知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                   |  |  | 大豆の栄養を知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                              |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
| ●麦ごはん<br>精白米 102<br>米粒麦 8<br>●タコライスの具<br>油 0.65<br>にんにく 0.26<br>豚ひき肉(もも) 45<br>酒 1.3<br>こしょう 0.01<br>チリパウダー 0.06<br>たまねぎ 33<br>セロリ 4<br>にんじん 13<br>ピーマン 6.5<br>トマト水煮 40<br>トマトケチャップ 13<br>ウスターソース 2<br>カレー粉 0.26<br>しょうゆ 2<br>塩 0.5<br>砂糖 0.3<br>大豆ミート(小粒) 6<br>●ボイルキャベツ<br>キャベツ 40<br>●粉チーズ<br>粉チーズ(袋) 3<br>エネルギー 777 kcal<br>たんぱく質 33.4 g |                                                        |  |  | ●ベジタブルスープ<br>油 0.6<br>ベーコン 2<br>とり肉(皮なし) 15<br>たまねぎ(市内産) 30<br>にんじん 15<br>水 4<br>塩 0.8<br>こしょう 0.02<br>スープの素 1.2<br>じゃが芋 35<br>片栗粉 0.6<br>さやいんげん(冷) 5<br>●ホイコーロー丼<br>油 1.3<br>にんにく 0.3<br>しょうが 0.4<br>豚肉(もも) 30<br>豚肉(肩) 30<br>酒 1.3<br>長ねぎ 12<br>キャベツ 80<br>ゆで塩 4<br>しょうゆ 4<br>テンメンジャン 4<br>砂糖 1.8<br>オイスターソース 0.7<br>ごま油 0.8<br>豆板醤 0.3<br>片栗粉 2.6<br>ピーマン 6<br>●トマトと卵のスープ<br>油 0.6<br>ベーコン 2.4<br>とり肉(皮なし) 15<br>たまねぎ 30<br>水 1<br>塩 1<br>エネルギー 870 kcal<br>たんぱく質 36.2 g |                                               |  |  | こしょう 0.04<br>がらスープ 1.3<br>しょうゆ 0.9<br>トマト(市内産) 16<br>片栗粉 1.2<br>卵 20<br>ほうれん草(冷) 5<br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト 80<br>●切り干し大根のベーコン煮<br>油 0.4<br>ベーコン 5<br>切り干し大根 5.4<br>にんじん 11<br>水 0.1<br>こんぶ 1.2<br>厚けずり節(かつお) 0.6<br>砂糖 2.9<br>みりん 1.1<br>むきえだ豆(冷) 4<br>エネルギー 749 kcal<br>たんぱく質 34.9 g                                                                         |                                                   |  |  | ●豚肉となすのみそ汁<br>油 0.5<br>豚肉(もも) 10<br>豚肉(肩) 10<br>たまねぎ 20<br>なす 15<br>水 0.6<br>こんぶ 0.6<br>厚けずり節(かつお) 4<br>豆腐(冷) 30<br>赤みそ 5<br>白みそ 5<br>ほうれん草(冷) 5<br>●塩だれ野菜<br>キャベツ 25<br>もやし 25<br>きゅうり 10<br>ゆで塩 0.8<br>ごま油 1.2<br>白いりごま 0.36<br>●肉団子中華スープ<br>水 10<br>にんじん 30<br>とうがん 0.36<br>エネルギー 770 kcal<br>たんぱく質 28.9 g                                 |                                                   |  |  | 塩 0.7<br>こしょう 0.02<br>がらスープ 1.3<br>しょうゆ 2.4<br>とり肉団子 30<br>春雨 3<br>片栗粉 1.2<br>チンゲン菜 10<br>ごま油 0.5<br>●ピーンズカレー<br>油 0.65<br>にんにく 0.6<br>しょうが 0.3<br>たまねぎ 42<br>豚肉(もも) 30<br>豚肉(肩) 30<br>赤ワイン 1.5<br>たまねぎ 42<br>にんじん 32<br>水 35<br>じゃが芋 8<br>トマト水煮 20<br>ゆで大豆 2<br>カラメルソース 1<br>カレー粉 1.4<br>塩 0.03<br>こしょう 2<br>しょうゆ 3.5<br>ウスターソース 5.2<br>油 5.8<br>小麦粉 1.3<br>●きゅうりのしょうが風味<br>きゅうり 46<br>ごま油 1.3<br>エネルギー 863 kcal<br>たんぱく質 31.7 g |                                                              |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
| 24日(月)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ツナそぼろごはん(ごはん) ごまあえ<br>けんちん汁 牛乳 (乳)                     |  |  | 25日(火)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 麦ごはん 揚げぎょうざ 豚肉のキムチ炒め<br>チンゲン菜のごまスープ 牛乳 (乳)(小) |  |  | 26日(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 麦ごはん さばの塩焼き 五目豆<br>豚汁 牛乳 (乳)                      |  |  | 27日(木)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 丸パン かぼちゃコロッケ<br>スパゲッティイタリアン<br>ジュリエンスープ 牛乳 (乳)(小) |  |  | 28日(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 麦ごはん 豚の角煮 「かわさきそだち」のサラダ<br>お祝いすまし汁 「かわさきそだち」のなしゼリー 牛乳 (卵)(乳) |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
| ツナの製造方法について知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                        |  |  | ごまの栄養を知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                               |  |  | ◎噛むことを意識して食べる                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                   |  |  | 新献立 スパゲッティイタリアンを味わう                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                   |  |  | 給食を通して川崎の農産物を知る                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                              |  |  |                                                                                                                                                      |  |  |  |
| ●ごはん<br>精白米 110<br>●ツナそぼろ<br>水 22<br>にんじん 46<br>まぐろフレーク 2<br>酒 2<br>砂糖 2<br>しょうゆ 2.6<br>●ごまあえ<br>もやし 24<br>キャベツ 35<br>ほうれん草(冷) 6<br>ゆで塩 1<br>砂糖 3<br>しょうゆ 1.2<br>白いりごま 1.2<br>白すりごま 1.2<br>●けんちん汁<br>油 0.5<br>とり肉(皮なし) 15<br>ごぼう 10<br>にんじん 15<br>こんにやく 15<br>水 0.6<br>こんぶ 4<br>厚けずり節(かつお) 0.6<br>エネルギー 795 kcal<br>たんぱく質 28.9 g            |                                                        |  |  | ●麦ごはん<br>精白米 92<br>米粒麦 8<br>●揚げぎょうざ<br>揚げ油 2.4<br>野菜ぎょうざ 60<br>●豚肉のキムチ炒め<br>油 0.5<br>にんにく 0.3<br>豚肉(もも) 27<br>豚肉(肩) 27<br>酒 1.4<br>たまねぎ 35<br>キャベツ 20<br>にら 5<br>白菜刻みキムチ(冷) 16<br>砂糖 1.1<br>しょうゆ 3.6<br>片栗粉 1.4<br>●チンゲン菜のごまスープ<br>油 0.5<br>とり肉(皮なし) 20<br>たまねぎ 30<br>にんじん 20<br>水 20<br>えのきたけ(冷) 5<br>塩 1<br>エネルギー 835 kcal<br>たんぱく質 33.6 g                                                                                                                                |                                               |  |  | こしょう 0.01<br>がらスープ 1.3<br>しょうゆ 0.3<br>チンゲン菜 15<br>片栗粉 1<br>白すりごま 0.5<br>白いりごま 0.5<br>●五目豆<br>油 0.6<br>とり肉(皮つき) 10<br>にんじん 15<br>ひじき 1<br>こんにやく 15<br>ゆで大豆 25<br>砂糖 2<br>しょうゆ 4<br>●豚汁<br>油 0.5<br>豚肉(もも) 10<br>豚肉(肩) 10<br>ごぼう 15<br>にんじん 15<br>水 30<br>とうがん 25<br>じゃが芋 35<br>豆腐(冷) 5.5<br>赤みそ 5.5<br>白みそ 5.5<br>長ねぎ 5<br>エネルギー 901 kcal<br>たんぱく質 37.3 g |                                                   |  |  | ●丸パン<br>丸パン 60<br>●かぼちゃコロッケ<br>揚げ油 9.1<br>かぼちゃコロッケ 70<br>●スパゲッティイタリアン<br>油 0.6<br>ベーコン 2<br>ウインナーソーセージ 12<br>たまねぎ 22<br>にんじん 8<br>塩 0.2<br>こしょう 0.02<br>トマト水煮 9<br>トマトケチャップ 9<br>チーズ 3<br>スパゲッティ 15<br>ゆで塩 4<br>ピーマン 4<br>●ジュリエンスープ<br>油 0.6<br>ベーコン 2<br>とり肉(皮なし) 10<br>セロリ 1<br>にんじん 15<br>たまねぎ 25<br>水 6<br>エネルギー 796 kcal<br>たんぱく質 25.5 g |                                                   |  |  | キャベツ 35<br>スープの素 1.3<br>しょうゆ 0.4<br>塩 0.7<br>こしょう 0.04<br>●豚の角煮<br>水 2.6<br>酒 4.6<br>砂糖 7.8<br>しょうゆ 1.6<br>酢 0.4<br>水 30<br>豚肉(肩ロース・角) 50<br>豚肉(角) 30<br>うずら卵(水煮) 30<br>こんにやく 30<br>片栗粉 0.7<br>●「かわさきそだち」のサラダ<br>キャベツ 32<br>きゅうり(市内産) 15<br>湘南レッド(市内産) 5<br>ポークハム 8<br>ゆで塩 7<br>たまねぎドレッシング 7<br>●お祝いすまし汁<br>水 0.6<br>こんぶ 6<br>厚けずり節(かつお) 6<br>エネルギー 881 kcal<br>たんぱく質 38.4 g                                                      |                                                              |  |  | にんじん 10<br>塩 0.7<br>しょうゆ 1.5<br>なると(祝) 10<br>豆腐(冷) 40<br>片栗粉 0.6<br>長ねぎ 5<br>ほうれん草(冷) 10<br>●「かわさきそだち」のなしゼリー<br>なしゼリー(市内産梨使用) 60<br>市制100周年<br>お祝い献立 |  |  |  |

【令和6年6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 |
| ししゃもフライ     | 子持ちししゃもフライ |            |   | ○  |
| 蒸ししゅうまい     | きのこしゅうまい   |            |   | ○  |
| 丸パン         | 丸パン        |            |   | ○  |
| かぼちゃコロツケ    | かぼちゃコロツケ   |            |   | ○  |
| スパゲッティイタリアン | スパゲッティ     |            |   | ○  |
| 揚げぎょうざ      | 野菜ぎょうざ     |            |   | ○  |
| 粉チーズ        | 粉チーズ       |            | ○ |    |
| ヨーグルト       | ヨーグルト      |            | ○ |    |
| チキンストロガノフ   | デミグラスソース   |            |   | ○  |

※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、さば、大豆、とり肉、豚肉、桃、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