



月	火	水	木	金
<p>【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ぐ、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。</p> 				
1日	2日	3日	4日	5日
6日	7日	8日	9日	10日
13日	14日	15日	16日	17日
20日	21日	22日	<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>	
27日	28日	29日		


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、大根については、県内を含む複数の産地より調達します。市内産の野菜は、14日の冬野菜のみそ汁の「大根」と「ほうれん草」です。（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。

学校給食費の口座振替日（納期限）
【第8期】（1月分）
 1月31日（火）
【第9期】（2・3月分）
 2月28日（火）
 ※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。

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。



 卵



 乳


 小麦

※表示義務のある7品目（卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば）のうち、えび、かに、落花生、そばの4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

○裏側の給食センターだよりもご覧ください。

左側は広告欄です。川崎市の学校給食の掲載内容とは関係ありません。

令和5年 2月分献立表(詳細版)

川崎市中部学校給食センター C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(水)		2日(木)		3日(金)					
		豚キムチ丼(麦ごはん) もずくの中華スープ ぼんかん 牛乳		麦ごはん いわしのかば焼き ごま酢あえ さつま汁 いり大豆 牛乳		麦ごはん パオズ ホイコーロー にらたまスープ 牛乳					
		●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8					
		●豚キムチ丼 油 0.65 にんにく 0.4 豚肉(もも) 36 豚肉(肩) 36 酒 2 たまねぎ 40 キャベツ 20 エリンギ(冷) 10 にら 6 白菜刻みキムチ(冷) 20 砂糖 1.8 しょうゆ 6 片栗粉 1		●いわしのかば焼き 揚げ油 2 いわし(フィレ・濃粉付) 40 水 2.5 みりん 0.7 砂糖 2.1 しょうゆ 3.5 酒 1		●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		●にらたまスープ 水 12 とり肉(皮なし) 12			
		●もずくの中華スープ 水 25 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 10 にんじん 2 たけのこ(水煮) 10 塩 0.9 こしょう 0.03 がらスープ 1.3 しょうゆ 2 片栗粉 0.7		●ごま酢あえ 切り干し大根 3 もやし 15 きゅうり 10 にんじん 5 ホールコーン(冷) 10 ゆで塩 1 酢 1.2 砂糖 0.24 塩 2 しょうゆ 0.5 白いりごま 0.5		●いり大豆 いり大豆(袋) 8		●にらたまスープ 水 12 とり肉(皮なし) 12			
		エネルギー 773 kcal		たんぱく質 36.0 g		エネルギー 777 kcal		たんぱく質 32.2 g			
		たんぱく質 36.0 g		エネルギー 777 kcal		たんぱく質 32.2 g		エネルギー 799 kcal			
		たんぱく質 36.3 g						たんぱく質 36.3 g			
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> ※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。 </div>											
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)			
麦ごはん チキンストロガノフ じゃこ大根 牛乳		五目ごはん(しょうゆごはん) ちくわの磯辺揚げ 豚汁 牛乳		ロールパン ポテトのクリーム煮 ジュリエンスープ フルーツポンチ 牛乳		麦ごはん さばのねぎみそかけ 白菜のおかか煮 わかめスープ 牛乳		麦ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 三色ナムル 豆腐のみそ汁 いちごヨーグルト 牛乳			
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8		●しょうゆごはん 精白米 95 しょうゆ 2.5		●ロールパン ロールパン 60		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8			
●チキンストロガノフ 油 0.7 とり肉(皮つき) 70 赤ワイン 4 たまねぎ 54 エリンギ(冷) 10 にんじん 30 水 30 たまねぎ 30 トマト水煮 5 塩 1.1 こしょう 0.07 デミグラスソース 16 トマトケチャップ 6.5 ウスターソース 5.2 しょうゆ 1.3 小麦粉 8 油 6.6 生クリーム 2.5		●五目ごはんの具 油 0.5 たけのこ(水煮) 10 とり肉(皮なし) 30 にんじん 10 酒 1.1 油揚げ(冷) 11 水 10 砂糖 2.7 しょうゆ 5.5 さやいんげん(冷) 5		●ポテトのクリーム煮 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 30 たまねぎ 30 にんじん 15 エリンギ(冷) 10 塩 0.8 こしょう 0.04 チーズ 5 ペンネマカロニ 12 調理用牛乳 55 豆乳 5.4 油 4.5 小麦粉 4.5 じゃが芋 60 ゆで塩 5 さやいんげん(冷) 5		●さばのねぎみそかけ さば(切り身) 60 油 0.2 長ねぎ 7 水 5 赤みそ 6 砂糖 2 みりん 2 酒 1 片栗粉 0.2		●豚肉と春雨のすき焼き煮 油 0.5 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1 ごぼう 12 にんじん 10 えのきたけ(冷) 8 干しいたけ 0.4 水 1.9 砂糖 5.4 みりん 0.4 春雨 4 長ねぎ 16		●豆腐のみそ汁 水 6 こんぶ 25 厚けずり節 6 かんぴょう 2 豆腐(冷) 40 赤みそ 5 白みそ 5 小松菜 5	
●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3		●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 0.6		●フルーツポンチ ミックスフルーツ 80 ダイゼリー(みかん) 30		●白菜のおかか煮 しょうゆ 2.3 白菜 50 もやし 20 小松菜 10 ゆで塩 0.8		●三色ナムル 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		●いちごヨーグルト いちごヨーグルト 100	
●じゃこ大根(大根) 大根 30		●豚汁 油 0.6 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 10 にんじん 15 こんにゃく 10		●ジュリエンスープ 水 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 25 水 10		●わかめスープ 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節 20 とり肉(皮なし) 15 にんじん 35 たまねぎ 35		●にらたまスープ 水 12 とり肉(皮なし) 12		●にらたまスープ 水 12 とり肉(皮なし) 12	
エネルギー 863 kcal		エネルギー 854 kcal		エネルギー 828 kcal		エネルギー 788 kcal		エネルギー 836 kcal			
たんぱく質 31.4 g		たんぱく質 36.8 g		たんぱく質 29.6 g		たんぱく質 31.0 g		たんぱく質 35.6 g			

13日(月)	小松菜入りそぼろごはん(妻ごはん) 塩だれ野菜 けんちん汁 牛乳 (乳)	14日(火)	妻ごはん さけの塩焼き 肉じゃが 冬野菜のみそ汁 牛乳 (乳)	15日(水)	ごはん とんかつ 中濃ソース ひじきのサラダ ミネストローネ (乳小)	16日(木)	カレーミートサンド(丸パン) ジャーマンポテト コーンクリームスープ 牛乳 (乳小)	17日(金)	妻ごはん いかのチリソース もやしのうま煮 寒天の中華スープ (乳)
●妻ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●小松菜入りそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.6 豚ひき肉(もも) 50 大豆ミート(大粒) 4 にんじん 12 酒 1.2 砂糖 2.4 しょうゆ 7.2 小松菜 10 ごま油 0.6 ●塩だれ野菜 きゅうり 10 もやし 25 白菜 35 ゆで塩 ごま油 0.8 白いりごま 1.2 塩 0.4 ●けんちん汁 油 0.5 とり肉(皮なし) 18 ごぼう 10 にんじん 15 エネルギー 780 kcal たんぱく質 34.8 g	●妻ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●小松菜入りそぼろごはん こんにやく 15 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節 20 じゃが芋 0.5 豆腐(冷) 3.6 しょうゆ 12 長ねぎ 0.8 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 こんにやく 14 にんじん 20 たまねぎ 20 じゃが芋 50 酒 0.4 砂糖 2 しょうゆ 5 さやいんげん(冷) 5 ●冬野菜のみそ汁 こんぶ 0.6 厚けずり節 6 水 17 大根(市内産) 30 豆腐(冷) 8 油揚げ(冷) 20 白菜 5 赤みそ 17 豆(市内産) 30 油揚げ(冷) 8 白菜 20 赤みそ 5 かながわ産品 学校給食デー	●妻ごはん 精白米 100 ●とんかつ 揚げ油 9.1 豚ロースカツ 70 ●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8 ●ひじきのサラダ ひじき 0.8 ホールコーン(冷) 10 にんじん 10 キャベツ 20 むきえだ豆(冷) 5 ゆで塩 酢 1.7 砂糖 0.7 しょうゆ 3 油 0.7 白いりごま 0.4 白すりごま 0.4 ●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 25 エネルギー 910 kcal たんぱく質 27.1 g	●丸パン 丸パン 60 ●カレーミートサンド 油 0.5 豚ひき肉(もも) 40 たまねぎ 30 にんじん 15 砂糖 0.2 塩 0.2 カレー粉 0.4 ウスターソース 4 トマトケチャップ 5 大豆ミート(大粒) 5 片栗粉 0.4 ●ジャーマンポテト 油 0.5 ベーコン 5.6 炒めたまねぎ(冷) 15 塩 0.28 こしょう 0.01 粗びき黒こしょう 0.01 じゃが芋 60 ゆで塩 ●コーンクリームスープ 油 0.5 ベーコン 2.6 とり肉(皮なし) 20 エネルギー 794 kcal たんぱく質 36.9 g	●妻ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●いかのチリソース 揚げ油 3.5 いか 70 酒 1 塩 0.3 こしょう 0.03 片栗粉 10.5 油 0.5 にんにく 0.3 豆板醤 0.2 長ねぎ 3.5 水 5 砂糖 0.5 トマトケチャップ 9 酢 0.5 ●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 エネルギー 753 kcal たんぱく質 34.2 g					
20日(月) 妻ごはん とり肉のオニオンソース 切り干し大根のベーコン煮 カレーすいとん 牛乳 (乳小)	21日(火) 肉井(妻ごはん) ごまドレッシング 牛乳 (乳)	22日(水) 妻ごはん あじフライ 中濃ソース スタミナ炒め 生姜コンソメスープ (乳小)	23日(木) 天皇誕生日	24日(金) 妻ごはん とり肉のてり焼き 根菜のごまサラダ 豚肉と白菜のスープ 牛乳 (乳)					
●妻ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●とり肉のオニオンソース 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 酒 1.2 塩 0.2 こしょう 0.02 片栗粉 12 油 0.5 にんにく 0.5 しょうが 0.5 たまねぎ 10 水 5.8 しょうゆ 3.5 酒 1.5 みりん 1 砂糖 1 ●切り干し大根のベーコン煮 油 0.36 ベーコン 4.8 切り干し大根 10 にんじん 12 水 0.1 こんぶ 0.1 厚けずり節 1.2 エネルギー 893 kcal たんぱく質 37.5 g	●妻ごはん 精白米 97 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 こんにやく 40 ごぼう 10 にんじん 15 もやし 20 たまねぎ 54 みりん 3 砂糖 0.7 しょうゆ 8.7 片栗粉 2 さやいんげん(冷) 5 ●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 15 もやし 20 キャベツ 20 ゆで塩 ●ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4 ●青菜とハムのスープ エネルギー 828 kcal たんぱく質 36.3 g	●妻ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●あじフライ 揚げ油 9.1 あじフライ 70 ●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8 ●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 8 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 35 にら 5 片栗粉 1.4 ごま油 0.3 ●生姜コンソメスープ 油 0.6 エネルギー 907 kcal たんぱく質 37.7 g	●妻ごはん 水 2 ベーコン 20 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 15 にんじん 10 水 0.7 塩 0.02 こしょう 1.2 スープの素 0.4 しょうゆ 8 ホールコーン(冷) 20 じゃが芋 10 白菜 4 ちらしかまぼこ 8 ミックスビーンズ 8 しょうが 0.5 片栗粉 0.5 ●根菜のごまサラダ まぐろフレーク 12 ごぼう 10 にんじん 5 切り干し大根 3 ホールコーン(冷) 5 切り干し大根 5 ホールコーン(冷) 3 むきえだ豆(冷) 3 ゆで塩 0.01 ごまドレッシング 10 白すりごま 1 ●豚肉と白菜のスープ 油 0.5 豚肉(もも) 13 豚肉(肩) 13 酒 0.5 エネルギー 813 kcal たんぱく質 39.6 g						

27日(月)	麦ごはん まぐろのみそがらめ 春雨の塩炒め 豆腐と大根のどろみ汁 牛乳	28日(火)	麦ごはん ミートボールカレー 野菜ソテー ヨーグルト 牛乳
●麦ごはん	●豆腐と大根のどろみ汁	●麦ごはん	●ヨーグルト
精白米 92	水 4	精白米 102	ほうれん草 10
米粒麦 8	こんぶ 0.6	米粒麦 8	ゆで塩 0.3
●まぐろのみそがらめ	厚けずり節 4	●ミートボールカレー	塩 0.02
揚げ油 3	とりにく(皮なし) 15	油 0.5	こしょう
まぐろ(角) 60	大根 33	にんにく 0.6	●ヨーグルト
しょうが 0.5	しょうゆ 1.7	しょうが 0.3	ヨーグルト 80
しょうゆ 1.8	塩 0.9	たまねぎ 35	
片栗粉 10.8	豆腐(冷) 35	豚肉(もも) 10	
水 5	片栗粉 2	豚肉(肩) 10	
赤みそ 4	長ねぎ 10	炒めたまねぎ(冷) 17	
砂糖 2	ほうれん草(冷) 5	にんじん 32	
みりん 1		水 40	
●春雨の塩炒め		じゃが芋 40	
油 0.5		肉団子(冷) 40	
豚肉(もも) 10		トマト水煮 12	
豚肉(肩) 10		カラメルソース 2	
酒 0.3		塩 1.4	
干しいたけ 0.1		こしょう 0.03	
たまねぎ 15		しょうゆ 2	
にんじん 5		ウスターソース 4	
塩 0.5		小麦粉 6.5	
こしょう 0.01		カレー粉 1	
しょうゆ 0.3		●野菜ソテー	
もやし 20		油 0.6	
チンゲン菜 5		ベーコン 2.4	
春雨 5		にんじん 12	
ごま油 0.2		ホールコーン(冷) 35	
エネルギー 783 kcal	たんぱく質 39.5 g	エネルギー 886 kcal	たんぱく質 29.5 g

【令和5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
ロールパン	ロールパン			○
ポテトのクリーム煮	ペンネマカロニ			○
チキンストロガノフ	デミグラスソース			○
カレーすいとん	すいとん			○
あじフライ	あじフライ			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
とんかつ	豚ロースカツ			○
バオズ	バオズ			○
丸パン	丸パン			○
いちごヨーグルト	いちごヨーグルト		○	

※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