

月	火	水	木	金
<p>保護者の皆様へのお願い</p> <p>本市では、令和3年4月から、学校給食費を市の予算に計上し管理する「学校給食費の公会計」制度を導入しています。食材料費を「学校給食費」として保護者の皆様にご負担いただいておりますので、期日までのお支払いにご理解、ご協力をお願いいたします。</p>		<p>令和6年度の口座振替日（納期限）</p> <p>【第1期】（4・5月分） 7月 1日 【第6期】（11月分） 12月 2日 【第2期】（6月分） 7月 31日 【第7期】（12月分） 1月 6日 【第3期】（7月分） 9月 2日 【第8期】（1月分） 1月 31日 【第4期】（8・9月分） 9月 30日 【第9期】（2・3月分） 2月 28日 【第5期】（10月分） 10月 31日</p>		<p>麦ごはん 生揚げの四川煮* じゃこぎょうり 野菜スープ 牛乳★(乳)</p> <p>770kcal 32.0g</p>
<p>15日</p> <p>麦ごはん まぐろのみそがらめ* 切り干し大根の炒め煮 もずくスープ 牛乳★(乳)</p> <p>763kcal 39.8g</p>	<p>16日</p> <p>麦ごはん ポークカレー(小) キャベツのスープ煮 牛乳★(乳)</p> <p>857kcal 30.1g</p>	<p>17日</p> <p>入学・進級祝いの行事食 ごはん ザンギ 根菜のごまサラダ 春雨スープ みかんゼリー★ 牛乳★(乳)</p> <p>896kcal 35.0g</p>	<p>18日</p> <p>高野豆腐のそぼろごはん* (麦ごはん) 塩だれ野菜 じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>770kcal 31.8g</p>	<p>19日</p> <p>給食休止日</p>
<p>22日</p> <p>チキンクリーム ライス(乳)(小) (ごはん) ひじきのサラダ* 牛乳★(乳)</p> <p>848kcal 30.1g</p>	<p>23日</p> <p>麦ごはん 揚げぎょうざ(小) 八宝菜(卵) ピリ辛わかめスープ 牛乳★(乳)</p> <p>823kcal 32.1g</p>	<p>24日</p> <p>薫コッペンパン★(小) パンネの トマトソース(小) ベジタブルスープ 牛乳★(乳)</p> <p>808kcal 32.1g</p>	<p>25日</p> <p>ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 牛乳★(乳)</p> <p>825kcal 30.9g</p>	<p>26日</p> <p>麦ごはん ハンバーグ(小) ポイル野菜 イタリアンドレッシングあえ 白いんげん豆の ポターージュ(乳)(小) 牛乳★(乳)</p> <p>907kcal 32.5g</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>

中学校給食のコンセプト

日常生活に近い食器を使用し、その取扱いを学ぶため、飯碗と角仕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。

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】
 ●年間を通した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

※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
 26日 ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ「キャベツ」（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。

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) 乳(乳) 小麦(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4月分献立表(詳細版)

川崎市中部学校給食センター C献立

◎給食目標「中学校の給食について知ろう」

※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。

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。

15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)	
麦ごはん まぐろのみそがらめ 切り干し大根の炒め煮 もずくスープ 牛乳 (乳)		麦ごはん ポークカレー キャベツのスープ煮 牛乳 (乳)小		ごはん ザンギ 根菜のごまサラダ 春雨スープ みかんゼリー 牛乳 (乳)		高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん) 塩だれ野菜 じゃが芋のみそ汁 牛乳 (乳)		12日(金) 麦ごはん 生揚げの四川煮 じゃこきゅうり 野菜スープ 牛乳 (乳)	
もずくについて知る		カレーについて知る		ザンギについて知る		◎献立に見合ったはしやスプーンを用意する		【献立のねらい】◎中学生に必要なごはんの量を知る	
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●まぐろのみそがらめ 揚げ油 3.5 まぐろ(角・澱粉付) 70 水 5 しょうが 0.2 しょうゆ 0.2 赤みそ 4 砂糖 2 みりん 1 ●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 7 砂糖 1.3 しょうゆ 3.2 さやいんげん(冷) 5 ●もずくスープ 水 10 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 10 エネルギー 763 kcal	豚肉(肩) 10 にんじん 10 たまねぎ 20 たけのこ(水煮・細切) 15 塩 0.8 こしょう 0.03 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 チンゲン菜 5 もずく 10 じゃが芋 50 トマト水煮 8 カラメルソース 2 塩 1.4 こしょう 0.03 しょうゆ 2 ウスターソース 4 油 5.2 小麦粉 5.8 カレー粉 1 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんじん 6 エネルギー 857 kcal	スープの素 0.4 塩 0.36 こしょう 0.02 しょうゆ 0.3 ●ポークカレー 油 0.5 にんにく 0.6 しょうが 0.3 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 炒めたまねぎ(冷) 21 たまねぎ 42 にんじん 32 水 32 じゃが芋 50 トマト水煮 8 カラメルソース 2 塩 1.4 こしょう 0.03 しょうゆ 2 ウスターソース 4 油 5.2 小麦粉 5.8 カレー粉 1 油 0.6 ベーコン 4.8 キャベツ 66 にんじん 6 エネルギー 857 kcal	ごはん 100 ●ザンギ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 35 とり肉(皮なし) 35 しょうが 0.7 にんにく 0.3 みりん 1 しょうゆ 4.8 こしょう 0.06 片栗粉 12.6 ●根菜のごまサラダ まぐろフレーク 12 ごぼう 8 にんじん 5 切り干し大根 3 ホールコーン(冷) 5 むきえだ豆(冷) 3 ゆで塩 10 ごまドレッシング 10 白すりごま 1 ●春雨スープ 水 10 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 8 エネルギー 896 kcal	豚肉(肩) 8 たまねぎ 26 にんじん 10 塩 1 こしょう 0.02 しょうゆ 1.2 しょうゆ 3 なると(祝) 3 ちらしかまぼこ(桜) 3 春雨 5 片栗粉 0.6 ほうれん草(冷) 5 ●みかんゼリー みかんゼリー 40 入学・進級祝い の行事食 じゃが芋 40 油揚げ(冷) 8 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 わかめ(冷) 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) 36 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 大豆ミート(小粒) 3 ●塩だれ野菜 にんじん 5 もやし 40 きゅうり 15 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36 塩 0.36 ●じゃが芋のみそ汁 水 10 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 30 エネルギー 770 kcal	ごま油 0.6 ●野菜スープ 油 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 15 水 15 もやし 15 キャベツ 30 塩 1 こしょう 0.04 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 たら 5 ごま油 0.6 ●じゃこきゅうり(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3 ●じゃこきゅうり(きゅうり) きゅうり 42 ゆで塩 1.4 酢 0.6 砂糖 1.8 しょうゆ 1.8 エネルギー 770 kcal たんぱく質 32.0 g				
エネルギー 763 kcal たんぱく質 39.8 g		エネルギー 857 kcal たんぱく質 30.1 g		エネルギー 896 kcal たんぱく質 35.0 g		エネルギー 770 kcal たんぱく質 31.8 g		給食休止日	

22日(月)	チキンクリームライス(ごはん) ひじきのサラダ 牛乳 (乳)小	23日(火)	麦ごはん 揚げぎょうざ 八宝菜 ピリ辛わかめスープ 牛乳 (卵)乳)小	24日(水)	黒コッペパン ペンネのトマトソース ベジタブルスープ 牛乳 (乳)小	25日(木)	ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 牛乳 (乳)	26日(金)	麦ごはん ハンバーグ ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ 白いんげん豆のポタージュ 牛乳 (乳)小
◎センター給食の和え物について知る		◎配り方表を確認して配膳する		◎給食のパンについて知る		◎食器の置き方を知る		「かわさきそだち」のキャベツを味わう	
● ごはん 精白米 105	白いりごま 0.4 白すりごま 0.4	● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	水 20 もやし 20 塩 0.9 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 5 片栗粉 0.6 わかめ(冷) 10 ラー油 0.1 ごま油 0.5	● 黒コッペパン 黒コッペパン 60	スープの素 1.3 じゃが芋 30 ミックスビーンズ 15 片栗粉 0.65 さやいんげん(冷) 5	● ごはん 精白米 100		● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	白いんげん豆ペースト(冷) 40 スープの素 1 調理用牛乳 60 油 2.4 小麦粉 2.4
● チキンクリームライス 油 0.7 ベーコン 1 とり肉(皮つき) 50 たまねぎ 65 にんじん 20 塩 1.4 こしょう 0.06 チーズ 5 水 28 油 7 小麦粉 8.4 調理用牛乳 72.3 豆乳 10 さやいんげん(冷) 5		● 揚げぎょうざ 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60	● 八宝菜 油 0.5 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 にんじん 10 たけのこ(水煮) 10 たまねぎ 20 キャベツ 60 塩 0.7 こしょう 0.02 砂糖 0.15 がらスープ 0.15 オイスターソース 0.15 しょうゆ 0.9 片栗粉 1 うずら卵(水煮) 20	● ペンネのトマトソース 油 0.6 とり肉(皮つき) 50 塩 0.1 こしょう 0.02 白ワイン 2.6 たまねぎ 55 にんじん 10 エリンギ(冷) 8 トマトケチャップ 13 トマト水煮 25 塩 0.3 ウスターソース 1.5 砂糖 0.4 油 2.3 小麦粉 2.3 ペンネマカロニ 24 ゆで塩		● さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60		● ハンバーグ ハンバーグ 80 油 0.5 たまねぎ 10 水 5 デミグラスソース 4 トマトケチャップ 5.6 ウスターソース 1.2	
● ひじきのサラダ ひじき 0.8 ホールコーン(冷) 5 にんじん 10 キャベツ 25 むきえだ豆(冷) 5 ゆで塩 1.4 酢 0.7 砂糖 3 しょうゆ 0.7 油 0.7		● 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		● 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 0.8 塩 0.03 こしょう		● 豆腐のみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 3 かんぴょう 20 たまねぎ 40 豆腐(冷) 5 赤みそ 5 白みそ 5 ほうれん草(冷) 5		● ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ にんじん 10 ホールコーン(冷) 20 キャベツ(市内産) 30 ゆで塩 8 イタリアンドレッシング	
エネルギー 848 kcal	たんぱく質 30.1 g	エネルギー 823 kcal	たんぱく質 32.1 g	エネルギー 808 kcal	たんぱく質 32.1 g	エネルギー 825 kcal	たんぱく質 30.9 g	エネルギー 907 kcal	たんぱく質 32.5 g

29日(月)	昭和の日	30日(火)	麦ごはん ちくわのかば焼き もやし炒め 豚汁 牛乳 (乳)
		◎麦ごはんについて知る	
		● 麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	ごぼう 15 にんじん 15 大根 25 水 25 じゃが芋 25 豆腐(冷) 35 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 5
		● ちくわのかば焼き 揚げ油 2.5 焼きちくわ 50 片栗粉 7.5 水 4 砂糖 2.2 しょうゆ 3.2 みりん 0.2	
		● もやし炒め 油 0.5 ベーコン 3.6 たまねぎ 12 にんじん 6 もやし 50 ゆで塩 0.3 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.5 チンゲン菜 5	
		● 豚汁 油 0.6 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10	
		エネルギー 779 kcal	たんぱく質 28.3 g

【令和6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
黒コッペパン	黒コッペパン			○
ペンネのトマトソース	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			○
揚げぎょうざ	野菜ぎょうざ			○

※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、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