

月	火	水	木	金
3日 ガバオライス* (麦ごはん) 野菜スープ フルーツポンチ 牛乳★(乳) 855kcal 35.2g	4日 麦ごはん かつおのつけ揚げ 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳★(乳) 776kcal 34.8g	5日 麦ごはん ポークチャップ 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(乳)小 牛乳★(乳) 903kcal 39.6g	6日 麦ごはん 揚げぎょうざ(小) 豚肉のキムチ炒め チンゲン菜のごまスープ 牛乳★(乳) 835kcal 33.6g	7日 麦ごはん ビーンズカレー(小) きゅうりのしょうが風味 牛乳★(乳) 863kcal 31.7g
10日 歯と口の健康週間の行事食 麦ごはん ししゃもフライ(小) 中濃ソース きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 牛乳★(乳) 799kcal 25.4g	11日 麦ごはん 蒸ししゅうまい(小) チャプチェ わかめスープ 牛乳★(乳) 757kcal 26.8g	12日 麦ごはん 韓国風肉じゃが* ツナサラダ にらと豆腐のスープ 牛乳★(乳) 782kcal 31.2g	13日 麦ごはん ごま塩 とり肉のレモンじょうゆ もやし炒め キャベツのみそ汁 牛乳★(乳) 855kcal 33.2g	14日 ホイコーロー丼* (麦ごはん) トマトと卵のスープ(卵) ヨーグルト★(乳) 牛乳★(乳) 870kcal 36.2g
17日 クファージュシー (ごはん) とり肉の 塩こうじから揚げ* もずくのみそ汁 牛乳★(乳) 813kcal 33.0g	18日 タコライス* (麦ごはん) タコライスの臭 ポイルキャベツ 粉チーズ(乳) ベジタブルスープ 牛乳★(乳) 777kcal 33.4g	19日 麦ごはん あじの香味ソース 切り干し大根の ベーコン煮* 豚肉となすのみそ汁 牛乳★(乳) 749kcal 34.9g	20日 ツナそぼろごはん* (ごはん) ごまあえ けんちん汁* 牛乳★(乳) 795kcal 28.9g	21日 丸パン★(小) かぼちゃコロッケ(小) スパゲッティ イタリアン(乳)小 ジュリエンスープ 牛乳★(乳) 796kcal 25.5g
24日 麦ごはん 豚肉と生揚げの炒め煮 塩だれ野菜 肉団子中華スープ* 牛乳★(乳) 770kcal 28.9g	25日 麦ごはん まぐろのみそがらめ* おひたし 沢煮槐 牛乳★(乳) 761kcal 36.9g	26日 市制100周年お祝い献立 麦ごはん 豚の角煮(卵) 「かわさきそだち」のサラダ お祝いすまし汁 「かわさきそだち」のなしゼリー 牛乳★(乳) 881kcal 38.4g	27日 麦ごはん さばの塩焼き 五自豆 豚汁 牛乳★(乳) 901kcal 37.3g	28日 麦ごはん チキン ストロガノフ(乳)小 野菜ソテー 牛乳★(乳) 867kcal 31.0g

市制100周年
お祝い献立
COLORS
FUTURE!
ACTIONS
KAWASAKI 100th

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・残高のご確認をしていただきますようお願いいたします。

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。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
14日 トマトと卵のスープ 「トマト」
18日 ベジタブルスープ 「たまねぎ」
26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くださいようお願いします。
※★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。



野菜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。

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。

川崎市中部学校給食センター ◎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)	ガバオライス(麦ごはん) 野菜スープ フルーツポンチ 牛乳 (乳)	4日(火)	麦ごはん かつおのつけ揚げ 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳 (乳)	5日(水)	麦ごはん ポークチャップ 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 牛乳 (乳小)	6日(木)	麦ごはん 揚げぎょうざ 豚肉のキムチ炒め チンゲン菜のごまスープ 牛乳 (乳小)	7日(金)	麦ごはん ビーンズカレー きゅうりのしょうが風味 牛乳 (乳小)				
【献立のねらい】タイ料理のガバオライスを味わう		◎噛むことを意識して食べる		白いんげん豆の特徴を知る		ごまの栄養を知る		大豆の栄養を知る					
●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	キャベツ 25 ごしよ 1 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.3 片栗粉 1.3 にんにく 1 とり肉(皮つき) 6 たまねぎ 25 ホールコーン(冷) 7 塩 0.3 ごしよ 0.01 砂糖 1 しょうゆ 3 ナンプラー 0.5 みりん 2 豆板醤 0.3 オイスターソース 1 バジルペースト 0.4 大豆ミート(大粒) 8 ピーマン 5 パプリカ(赤) 5	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●かつおのつけ揚げ 揚げ油 3 かつお(角・澱粉付) 60 水 5 砂糖 1.6 しょうゆ 3.2 みりん 1.6	●ポークチャップ 油 0.5 にんにく 0.6 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 油 0.2 たまねぎ 25 塩 0.2 ごしよ 0.03 しょうゆ 0.5 ウスターソース 4 トマトケチャップ 6 片栗粉 0.3	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●揚げぎょうざ 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●ビーンズカレー 油 0.65 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 42 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 赤ワイン 1.5 たまねぎ 42 にんにく 32 水 35 じゃが芋 8 トマト水煮 8 ゆで大豆 20 カラメルソース 2 カレー粉 1 塩 1.4 ごしよ 0.03 しょうゆ 2 ウスターソース 3.5 油 5.2 小麦粉 5.8	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	しょうが 0.65 砂糖 1.3 塩 0.4 しょうゆ 1.3			
●ガバオライス 油 0.6 にんにく 1 とり肉(皮つき) 6 たまねぎ 25 ホールコーン(冷) 7 塩 0.3 ごしよ 0.01 砂糖 1 しょうゆ 3 ナンプラー 0.5 みりん 2 豆板醤 0.3 オイスターソース 1 バジルペースト 0.4 大豆ミート(大粒) 8 ピーマン 5 パプリカ(赤) 5	●フルーツポンチ ミックスフルーツ 60 ダイゼンゼリー(みかん) 40	●根菜のごまサラダ チキンフレーク 12 ごぼう 10 にんにく 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 1 白すりごま 1	●春雨スープ 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 たまねぎ 25	●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 8 キャベツ 12 にんにく 10 もやし 30 ゆで塩 8.8	●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋) 8.8	●チンゲン菜のごまスープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 たまねぎ 30 にんにく 20 水 5 えのきたけ(冷) 1	●豚肉のキムチ炒め 油 0.5 にんにく 0.3 豚肉(もも) 27 豚肉(肩) 1.4 酒 35 たまねぎ 20 キャベツ 5 にら 16 白菜刻みキムチ(冷) 1.1 砂糖 3.6 しょうゆ 1.4	●きゅうりのしょうが風味 きゅうり 46 ごま油 1.3	エネルギー 855 kcal たんぱく質 35.2 g	エネルギー 776 kcal たんぱく質 34.8 g	エネルギー 903 kcal たんぱく質 39.6 g	エネルギー 835 kcal たんぱく質 33.6 g	エネルギー 863 kcal たんぱく質 31.7 g
●野菜スープ 油 0.6 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 にんにく 15 水 30 もやし 30	●春雨スープ 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 たまねぎ 25	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6	●白いんげん豆のポターージュ 油 0.6				
エネルギー 855 kcal たんぱく質 35.2 g	エネルギー 776 kcal たんぱく質 34.8 g	エネルギー 903 kcal たんぱく質 39.6 g	エネルギー 835 kcal たんぱく質 33.6 g	エネルギー 863 kcal たんぱく質 31.7 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 33.2 g	エネルギー 870 kcal たんぱく質 36.2 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 33.2 g	エネルギー 870 kcal たんぱく質 36.2 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 33.2 g				
10日(月)	麦ごはん ししゃもフライ 中濃ソース きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 牛乳 (乳小)	11日(火)	麦ごはん 蒸ししゅうまい チャプチェ わかめスープ 牛乳 (乳小)	12日(水)	麦ごはん 韓国風肉じゃが ツナサラダ にらと豆腐のスープ 牛乳 (乳)	13日(木)	麦ごはん ごま塩 とり肉のレモンじょうゆ もやし炒め キャベツのみそ汁 牛乳 (乳)	14日(金)	ホイコーロー丼(麦ごはん) トマトと卵のスープ ヨーグルト 牛乳 (乳)				
◎歯と口の健康について考える		海藻の栄養を知る		乾物の特徴を知る		とり肉のレモンじょうゆを味わう		卵の栄養を知る					
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	たまねぎ 30 じゃが芋 40 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 5	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●蒸ししゅうまい きのこしゅうまい 60	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	●にらと豆腐のスープ 水 0.02 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 15 水 30 油 0.8 とろろ(皮なし) 15 たまねぎ 25 塩 0.2 ごしよ 0.02 しょうゆ 1.3 がらスープ 1.5 片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●ごま塩 黒いりごま 2.2 塩 0.11 水 0.02	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	●ホイコーロー丼 油 1.3 にんにく 0.3 しょうが 0.4 ほうれん草(冷) 5				
●ししゃもフライ 揚げ油 6.5 子持ちししゃもフライ 50	●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 にんにく 17 砂糖 1.5 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	●チャプチェ 油 0.5 にんにく 0.2 豚肉(もも) 7.5 豚肉(肩) 7.5 塩 0.1 ごしよ 0.01 オイスターソース 1 たまねぎ 20 砂糖 0.3 酒 0.3 もやし 15 にんにく 11 キャベツ 20 春雨 6 にら 3 しょうゆ 3.6 砂糖 0.6 白いりごま 0.5 ごま油 0.5	●ソナサラダ 切り干し大根 5.5 ホールコーン(冷) 8 きゅうり 10 ゆで塩 10 まぐろフレーク 10 しょうゆ 1 ドレッシング 5 (マヨネーズタイプ卵不使用)	●とり肉のレモンじょうゆ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 酒 1.2 塩 0.3 片栗粉 10.5 水 4 砂糖 5.4 しょうゆ 4.5 たまねぎ 10 パプリカ(赤) 3 レモン果汁(冷) 2.7	●キャベツのみそ汁 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 キャベツ 45 油揚げ(冷) 8 赤みそ 5 白みそ 5 ほうれん草(冷) 5	●ヨーグルト ヨーグルト 80	●トマトと卵のスープ 油 0.6 ベーコン 2.4 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 30 塩 1					
●じゃが芋のみそ汁 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 切り干し大根 3	歯と口の健康週間 の行事食	エネルギー 799 kcal たんぱく質 25.4 g	エネルギー 757 kcal たんぱく質 26.8 g	エネルギー 782 kcal たんぱく質 31.2 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 33.2 g	エネルギー 870 kcal たんぱく質 36.2 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 33.2 g	エネルギー 870 kcal たんぱく質 36.2 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。

【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