

月	火	水	木	金
2日 日本の水産物活用メニュー ごはん ホキフライ ① 中濃ソース 野菜ソテー ほたて入り クリームスープ ① 牛乳★ ① 905kcal 33.2g	3日 マーボー丼 (麦ごはん) 野菜スープ りんご 牛乳★ ① 764kcal 32.2g	4日 麦ごはん かつおのたたき揚げ きんぴらごぼう とり肉と白菜のスープ 牛乳★ ① 791kcal 40.3g	5日 ごはん ハンバーグ おろしソース ① じゃが芋の和風あえ 春雨スープ 牛乳★ ① 783kcal 29.9g	6日 麦ごはん 冬野菜のカレー ① キャベツとじゃこの 炒め煮 牛乳★ ① 835kcal 30.3g
9日 麦ごはん チキンカツ ① 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ みそ野菜スープ 牛乳★ ① 888kcal 35.6g	10日 ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 塩だれ野菜 大根のとりみ汁 牛乳★ ① 756kcal 32.7g	11日 丸パン★① カレークリーム ペンネ ①① ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳★ ① 877kcal 33.4g	12日 とり肉のてり焼き丼 (麦ごはん) もやし炒め たまねぎのみそ汁 牛乳★ ① 841kcal 32.5g	13日 ツナそぼろごはん* (ごはん) おひたし 真だくさん! ちゃんこなべ風スープ* 牛乳★ ① 834kcal 31.4g
16日 麦ごはん あじの香味ソース 五目豆 かんぴょうのみそ汁 牛乳★ ① 770kcal 33.7g	17日 ハヤシライス ①① (麦ごはん) 白菜のスープ煮 牛乳★ ① 871kcal 29.8g	18日 麦ごはん とり肉ののり塩から揚げ ナムル 卵入りチゲスープ ① 牛乳★ ① 826kcal 35.6g	19日 冬至の行事食 かながわ産品学校給食デー 麦ごはん さけの塩焼き 大根のゆずポン酢あえ かぼちゃ入り豚汁 牛乳★ ① 793kcal 38.0g	20日 ブルコギ丼 (麦ごはん) 生揚げのスープ 牛乳★ ① 806kcal 36.1g

【かながわ産品学校給食デー】 19日(木)

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げ、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、にんじん、長ねぎ、牛乳の予定です。

【日本の水産物活用メニュー】

今年度も
ほたてメニューを提供します!

2日(月)にほたて入り
クリームスープを提供します。



学校給食費の口座振替日(納期限)

【第6期】(11月分) 12月 2日(月)

※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。



※県内産の食材は、米(他県産とのブレンド)、牛乳です。

大根は、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

6日 冬野菜のカレー「大根」

10日 豚肉と春雨のすき焼き煮「長ねぎ」

塩だれ野菜「キャベツ」

17日 白菜のスープ煮「白菜」

19日 大根のゆずポン酢あえ「大根」

かぼちゃ入り豚汁「にんじん」「長ねぎ」

(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。



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。

学校給食レシピとレシピ動画を公開中!

*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。



▲詳細はこちら

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。



▲詳細はこちら

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。

令和6年 12月分献立表(詳細版)

◎給食目標「寒さに負けない食事をしよう」

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。

2日(月)				ごはん ホキフライ 中濃ソース 野菜ソテー ほたて入りクリームスープ 牛乳 (乳)小				3日(火)				マーボー丼(麦ごはん) 野菜スープ りんご 牛乳 (乳)				4日(水)				麦ごはん かつおのたたつ揚げ きんぴらごぼう とり肉と白菜のスープ 牛乳 (乳)				5日(木)				ごはん ハンバーグおろしソース じゃが芋の和風あえ 春雨スープ 牛乳 (乳)小				6日(金)				麦ごはん 冬野菜のカレー キャベツとじゃこの炒め煮 牛乳 (乳)小																																							
【献立のねらい】 日本の水産物(ほたて)について知る								旬の果物「りんご」を味わう								かつおの栄養について知る								大根おろしの効能を知る								◎冬野菜について知る																																											
●ごはん 精白米 100 塩 0.8 こしょう 0.02 米粉 4				●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 0.6 ベーコン 2.4 にんじん 12 ホールコーン(冷) 35 ほうれん草(冷) 10 塩 0.3 こしょう 0.02				●ほたて入りクリームスープ 油 0.5 ベーコン 2 とり肉(皮つき) 15 にんじん 15 たまねぎ 35 水 1 スープの素 20 じゃが芋 20 ほたて貝柱(冷) 20 白ワイン 0.4				●ごはん 精白米 102 米粒麦 8				●マーボー丼 油 0.45 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豆板醤 0.3 豚ひき肉(もも) 20 大豆ミート(小粒) 6 砂糖 1.3 しょうゆ 5 トマトケチャップ 7 水 6.2 赤みそ 95 豆腐(冷) 14 長ねぎ 1.5 片栗粉 0.3 ラー油 0.3				●野菜スープ 油 0.6 とり肉(皮なし) 20 にんじん 15 水 25 もやし 30 キャベツ 1 塩 0.04 こしょう 0.04				●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8				●かつおのたたつ揚げ 油 3.5 揚げ油 70 かつお(角) 1 しょうが 5 しょうゆ 12.6 片栗粉 0.5				●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 にんじん 17 砂糖 1.5 しょうゆ 3.2 みりん 1.3 白いりごま 0.8 ごま油 0.2				●とり肉と白菜のスープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 20 酒 0.5 水 12 にんじん 12				●ごはん 精白米 100 塩 0.9 こしょう 0.04 がらスープ 1.3 しょうゆ 2 片栗粉 1.3 チンゲン菜 5				●ハンバーグおろしソース ハンバーグ 80 しょうゆ 5 砂糖 1 しょうゆ 3 大根 15 酢 0.6 みりん 2 片栗粉 0.4				●じゃが芋の和風あえ じゃが芋 56 にんじん 8 ゆで塩 0.4 ごま油 0.4 ひじき 2.8 しょうゆ 2.1 酒 2.1 みりん 2.1 むきえだ豆(冷) 3 けずり節(かつお) 0.5				●春雨スープ 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 7.5 豚肉(もも) 7.5				●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8				●冬野菜のカレー 油 0.65 にんにく 0.6 しょうが 0.3 たまねぎ 40 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 赤ワイン 1.5 たまねぎ 40 にんじん 20 水 35 じゃが芋 52 大根(市内産) 2 カラメルソース 1 カレー粉 1 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 ほうれん草(冷) 5				●キャベツとじゃこの炒め煮(キャベツ) ごま油 0.7 キャベツ 50 にんじん 5 塩 0.2 しょうゆ 0.9			
エネルギー 905 kcal				たんぱく質 33.2 g				エネルギー 764 kcal				たんぱく質 32.2 g				エネルギー 791 kcal				たんぱく質 40.3 g				エネルギー 783 kcal				たんぱく質 29.9 g				エネルギー 835 kcal				たんぱく質 30.3 g																																							
9日(月)								10日(火)								11日(水)								12日(木)								13日(金)																																											
麦ごはん チキンカツ 中濃ソース じゃが芋と豆のサラダ みそ野菜スープ 牛乳 (乳)小								ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 塩だれ野菜 大根のとりみ汁 牛乳 (乳)								丸パン カレークリームペンネ ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳 (乳)小								とり肉のてり焼き丼(麦ごはん) もやし炒め たまねぎのみそ汁 牛乳 (乳)								ツナそばろごはん(ごはん) おひたし 具だくさん! ちゃんこなべ風スープ 牛乳(乳)																																											
とりむね肉の栄養について知る								◎とろみの効果を知る								フルーツポンチの名前の由来について知る								てり焼きの調理法について知る								◎免疫力を高めるビタミンについて知る																																											
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8				●チキンカツ 揚げ油 9.1 チキンカツ 70				●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8				●じゃが芋と豆のサラダ じゃが芋 25 きゅうり 8 たまねぎ 10 ゆで塩 10 まぐろフレーク 10 ミックスビーンズ 10 酢 0.9 砂糖 0.2 塩 0.2 こしょう 0.01 ドレッシング 5 (マヨネーズタイプ卵不使用)				●みそ野菜スープ 油 0.6 にんにく 0.1 豚ひき肉(もも) 20 たまねぎ 25				●ごはん 精白米 105 米粒麦 8				●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 8 にんじん 15 えのきたけ(冷) 8 水 1.9 砂糖 5.4 しょうゆ 0.4 みりん 4 春雨 16 長ねぎ(市内産) 16				●塩だれ野菜 にんじん 5 もやし 12 キャベツ(市内産) 43 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36				●大根のとりみ汁 水 0.6 こんぶ 0.6				●丸パン 丸パン 60				●カレークリームペンネ 油 0.5 にんにく 0.2 豚肉(もも) 18 豚肉(肩) 18 たまねぎ 50 にんじん 25 塩 0.7 チーズ 4.5 ウスターソース 3 カレー粉 0.6 小麦粉 3 油 3 調理用牛乳 50 脱脂粉乳 5 ペンネマカロニ 24 ゆで塩 5 ほうれん草(冷) 5				●フルーツポンチ ミックスフルーツ 60 野菜入りゼリー 40				●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8				●とり肉のてり焼き丼 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 酒 1.2 塩 0.35 片栗粉 10.5 水 8.2 みりん 2.3 砂糖 1.8 しょうゆ 4.7 一味唐辛子 0.04 長ねぎ 5 白いりごま 0.6				●たまねぎのみそ汁 水 97 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 たまねぎ 45 じゃが芋 20 油揚げ(冷) 7 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 5				●ごはん 精白米 105				●ツナそばろ 水 1 にんじん 22 まぐろフレーク 46 酒 2 砂糖 2 しょうゆ 2.6				●おひたし 水 0.1 こんぶ 0.1 厚けずり節(かつお) 1.2 砂糖 0.5 しょうゆ 2.9 みりん 1 油揚げ(冷) 8 もやし 42 ほうれん草(冷) 10 ゆで塩 10				●具だくさん! ちゃんこなべ風スープ 水 0.3 こんぶ 2 厚けずり節(かつお) 15 とり肉(皮つき) 8 にんじん 8			
エネルギー 888 kcal				たんぱく質 35.6 g				エネルギー 756 kcal				たんぱく質 32.7 g				エネルギー 877 kcal				たんぱく質 33.4 g				エネルギー 841 kcal				たんぱく質 32.5 g				エネルギー 834 kcal				たんぱく質 31.4 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。

16日(月)	麦ごはん あじの香味ソース 五目豆 かんぴょうのみそ汁 牛乳	17日(火)	ハヤシライス(麦ごはん) 白菜のスープ煮 牛乳	18日(水)	麦ごはん とり肉のり塩から揚げ ナムル 卵入りチゲスープ 牛乳	19日(木)	麦ごはん さけの塩焼き 大根のゆずポン酢あえ かぼちゃ入り豚汁 牛乳	20日(金)	ブルコギ丼(麦ごはん) 生揚げのスープ 牛乳
みその熟成について知る		ルーについて知る		◎体を温める韓国料理について知る		冬至の日の食べ物について知る		韓国料理「ブルコギ」を知る	
●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●あじの香味ソース 揚げ油 3 塩あじ(切り身・濃粉付) 60 油 0.1 にんにく 0.36 しょうが 0.9 水 3.6 砂糖 1.8 みりん 0.45 しょうゆ 3 豆板醤 0.04 酢 0.6 ごま油 0.22 ●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 ●かんぴょうのみそ汁 水		●麦ごはん 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 0.35 じゃが芋 10 トマトケチャップ 12 デミグラスソース 6.5 ウスターソース 4.6 しょうゆ 2 砂糖 0.1 油 5.7 小麦粉 6.4 生クリーム 3.9 ●白菜のスープ煮 油 0.6 ベーコン 4.8 白菜(市内産) 66		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●とり肉のり塩から揚げ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 塩 0.5 こしょう 0.03 酒 0.96 しょうゆ 0.96 あおさ 0.5 片栗粉 10.5 ●ナムル もやし 50 にんじん 10 ほうれん草(冷) 10 ごま油 1 にんにく 0.07 塩 0.36 みりん 0.1 がらスープ 0.2 白いりごま 0.7 白すりごま 0.7 ●卵入りチゲスープ ごま油 0.6 豚肉(もも) 10		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●さけの塩焼き 塩ざけ(切り身) 60 ●大根のゆずポン酢あえ 大根(市内産) 50 ゆで塩 2 チキンフレーク 10 しょうゆ 2 砂糖 0.4 塩 0.1 酢 1.2 ゆずピューレ(冷) 1 ●かぼちゃ入り豚汁 油 0.6 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 ごぼう 10 にんじん(市内産) 15 こんにゃく 10 水 35 豆腐(冷) 5.5 赤みそ 5.5 白みそ 30 かぼちゃ(冷) 30 長ねぎ(市内産) 5		●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 ●ブルコギ丼 豚肉(もも) 35 豚肉(肩) 35 ごま油 1.3 にんにく 0.4 しょうゆ 7 酒 2 コチジャン 5 砂糖 1.8 たまねぎ 45 にんじん 10 もやし 30 にら 3 片栗粉 1.3 白いりごま 1.5 ●生揚げのスープ 油 0.5 とり肉(皮なし) 15 にんじん 15 水 25 キャベツ 35 生揚げ(冷) 0.9 塩 1.3 しょうゆ 1.3 がらスープ 1.3	
エネルギー 770 kcal たんぱく質 33.7 g		エネルギー 871 kcal たんぱく質 29.8 g		エネルギー 826 kcal たんぱく質 35.6 g		エネルギー 793 kcal たんぱく質 38.0 g		エネルギー 806 kcal たんぱく質 36.1 g	

【令和6年12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
ホキフライ	ホキフライ			○
ハンバーグおろしソース	ハンバーグ			○
チキンカツ	チキンカツ			○
丸パン	丸パン			○
カレークリームペンネ	ペンネマカロニ			○
ハヤシライス	デミグラスソース			○

※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

※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、大豆、とり肉、豚肉、桃、りんご、オレンジ、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。