

月	火	水	木	金
冬野菜のマーボー丼 (麦ごはん) わかめスープ ぼんかん 牛乳★(乳) 747kcal 31.0g	節分の行事食 麦ごはん いわしのかば焼き* もやし炒め 豚汁 いり大豆 牛乳★(乳) 796kcal 33.8g	麦ごはん とり肉のしょうが煮 ポイル野菜 和風ドレッシングあえ カレーすいとん(小) 牛乳★(乳) 807kcal 39.8g	麦ごはん ハンバーグ おろしソース(小) じゃが芋の和風あえ 白菜のみそ汁 牛乳★(乳) 794kcal 30.5g	ごはん ちくわの磯辺揚げ(小) 小松菜と厚揚げの煮浸し 保護者部門最優秀賞 具だくさん! ちゃんこなべ風スープ* 牛乳★(乳) 825kcal 29.3g
麦ごはん ぶりの塩こうじから揚げ ピリ辛白菜 たまねぎのみそ汁 牛乳★(乳) 846kcal 32.1g	献立コンクール 保護者部門最優秀賞 宮崎中学校 保護者の 柿本 勝栄さんが考案した 副菜を提供します。 〈テーマ〉旬の野菜ですと もっと健康に! 〈副菜〉小松菜と厚揚げの煮浸し	麦ごはん 肉じゃが 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳★(乳) 805kcal 29.9g	チキンクリーム ライス(乳)(小) (ターメリックライス) キャベツのスープ煮* 牛乳★(乳) 862kcal 30.1g	小松菜入りそぼろごはん (麦ごはん) 磯香あえ さつま汁 牛乳★(乳) 779kcal 35.1g
麦ごはん キーマカレー(小) ひじきのサラダ* 牛乳★(乳) 826kcal 30.1g	麦ごはん さばの塩焼き 五目豆 沢煮椀 牛乳★(乳) 832kcal 34.1g	麦ごはん かながわ産品学校給食デー ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 キャベツの塩こんぶあえ 大根のとりみ汁 牛乳★(乳) 773kcal 33.4g	麦ごはん 春巻き(小) とり肉の甘酢炒め 卵スープ(卵) 牛乳★(乳) 846kcal 33.7g	ロールパン★(小) ミートパスタ(小) ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳★(乳) 862kcal 36.3g
※給食休止日が学校ごとに 異なりますので、ご注意 いただき、学校からの配布 物などでご確認ください。 ※★のついているものは、 学校に直接配送されます。	麦ごはん ホキフライ(小) 中濃ソース 塩だれ野菜 白いんげん豆の ポタージュ(乳) 牛乳★(乳) 908kcal 31.0g	麦ごはん 蒸ししゅうまい(小) 肉野菜炒め 青菜と豆腐のスープ 牛乳★(乳) 784kcal 30.9g	麦ごはん とり肉の揚げあえ カルシウム たっぷりサラダ(乳) かんぴょうのみそ汁 牛乳★(乳) 871kcal 34.7g	ブルコギ丼 (麦ごはん) 白菜スープ 牛乳★(乳) 801kcal 36.4g

学校給食レシピ動画を新たに公開します!

*がついた料理のほか、学校給食で提供しているレシピとレシピ動画を公開中です。新たにカレークリームスパゲッティ、ユーリンチー、切り干し大根のゴママヨサラダのレシピ動画を2月中旬に公開します。
『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

※県内産の食材は米(他県産とのブレンド)、牛乳です。
キャベツと大根は県内産を指定し、小松菜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 ハンバーグおろしソース「大根」

7日 小松菜と厚揚げの煮浸し「小松菜」

20日 卵スープ「ほうれん草」

(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。)

※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。



果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。

【かながわ産品学校給食デー】

19日(水)

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、大切に作る心を育てることに繋ぎ、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、キャベツ、大根、牛乳の予定です。

学校給食費の口座振替日(納期表)

【第8期】(1月分)

1月31日(金)

【第9期】(2・3月分)

2月28日(金)

※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。



※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7年 2月分献立表(詳細版)

◎給食目標「地産地消について考えよう」

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)		冬野菜のマーボー丼(麦ごはん) わかめスープ ぼんかん 牛乳		4日(火)		麦ごはん いわしのかば焼き もやし炒め 豚汁 いり大豆 牛乳		5日(水)		麦ごはん とり肉のしょうが煮 ポイル野菜和風ドレッシングあえ カレーすいとん 牛乳		6日(木)		麦ごはん ハンバーグおろしソース じゃが芋の和風あえ 白菜のみそ汁 牛乳		7日(金)		ごはん ちくわの磯辺揚げ 小松菜と厚揚げの煮浸し 具だくさん！ちゃんこなべ風スープ 牛乳	
【献立のねらい】旬の果物「ぼんかん」を味わう				節分について知る				すいとんの由来を知る				◎「かわさきそだち」の大根を味わう				献立コンクール保護者部門の料理を味わう			
●麦ごはん		塩 0.8 精白米 102 米粒麦 8 こしょう 0.02 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.5 片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13		●麦ごはん		にんじん 15 大根 20 こんにゃく 10 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		●麦ごはん		にんじん 15 もやし 20 砂糖 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 1.1 塩 0.7 カレー粉 0.5 すいとん(冷) 30 長ねぎ 10 片栗粉 1.5		●麦ごはん		たまねぎ 15 白菜 40 油揚げ(冷) 8 赤みそ 5 白みそ 5 長ねぎ 10 ほうれん草(冷) 10		●ごはん		とり肉(皮つき) 20 にんじん 10 大根 25 とり肉団子 15 酒 0.3 焼きちくわ 50 塩 0.9 しょうゆ 1 がらスープ 1 白米 35 白玉団子(冷) 20 長ねぎ 10	
●冬野菜のマーボー丼		油 0.5 にんにく 0.2 しょうが 0.3 豆板醤 0.3 豚ひき肉(もも) 24 大豆ミート(小粒) 4.8 大根 30 砂糖 1.3 しょうゆ 5 トマトケチャップ 7 水 6.2 豆腐(冷) 60 長ねぎ 15 片栗粉 1.6 小松菜 8 ごま油 0.4 ラー油 0.3		●ぼんかん		●いわしのかば焼き		●とり肉のしょうが煮		●ハンバーグおろしソース		●小松菜と厚揚げの煮浸し		●ちくわの磯辺揚げ		●小松菜入りそぼろごはん		●具だくさん！	
●わかめスープ		ベーコン 2.4 水 20 とり肉(皮なし) 15 にんじん 30 たまねぎ 30		●ぼんかん		●いわしのかば焼き		●とり肉のしょうが煮		●ハンバーグおろしソース		●小松菜と厚揚げの煮浸し		●ちくわの磯辺揚げ		●小松菜入りそぼろごはん		●具だくさん！	
エネルギー 747 kcal		たんぱく質 31.0 g		エネルギー 796 kcal		たんぱく質 33.8 g		エネルギー 807 kcal		たんぱく質 39.8 g		エネルギー 784 kcal		たんぱく質 30.5 g		エネルギー 825 kcal		たんぱく質 29.3 g	

10日(月)		麦ごはん ぶりの塩こうじから揚げ ピリ辛白菜 たまねぎのみそ汁 牛乳		11日(火)		建国記念の日		12日(水)		麦ごはん 肉じゃが 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳		13日(木)		チキンクリームライス(ターメリックライス) キャベツのスープ煮 牛乳		14日(金)		小松菜入りそぼろごはん(麦ごはん) 磯香あえ さつま汁 牛乳					
新献立 ピリ辛白菜を味わう				建国記念の日				じゃが芋の産地を知る				ターメリックについて知る				さつま汁について知る							
●麦ごはん		厚けずり節(かつお) 6 精白米 92 米粒麦 8 たまねぎ 45 豆腐(冷) 36 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 10		●麦ごはん		にんじん 15 大根 20 こんにゃく 10 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		●麦ごはん		にんじん 15 もやし 20 砂糖 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 1.1 塩 0.7 カレー粉 0.5 すいとん(冷) 30 長ねぎ 10 片栗粉 1.5		●麦ごはん		たまねぎ 15 白菜 40 油揚げ(冷) 8 赤みそ 5 白みそ 5 長ねぎ 10 ほうれん草(冷) 10		●ごはん		とり肉(皮つき) 20 にんじん 10 大根 25 とり肉団子 15 酒 0.3 焼きちくわ 50 塩 0.9 しょうゆ 1 がらスープ 1 白米 35 白玉団子(冷) 20 長ねぎ 10					
●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6	
●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2	
●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6	
エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 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。

10日(月)		麦ごはん ぶりの塩こうじから揚げ ピリ辛白菜 たまねぎのみそ汁 牛乳		11日(火)		建国記念の日		12日(水)		麦ごはん 肉じゃが 根菜のごまサラダ 春雨スープ 牛乳		13日(木)		チキンクリームライス(ターメリックライス) キャベツのスープ煮 牛乳		14日(金)		小松菜入りそぼろごはん(麦ごはん) 磯香あえ さつま汁 牛乳					
新献立 ピリ辛白菜を味わう				建国記念の日				じゃが芋の産地を知る				ターメリックについて知る				さつま汁について知る							
●麦ごはん		厚けずり節(かつお) 6 精白米 92 米粒麦 8 たまねぎ 45 豆腐(冷) 36 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 ほうれん草(冷) 10		●麦ごはん		にんじん 15 大根 20 こんにゃく 10 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		●麦ごはん		にんじん 15 もやし 20 砂糖 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 1.1 塩 0.7 カレー粉 0.5 すいとん(冷) 30 長ねぎ 10 片栗粉 1.5		●麦ごはん		たまねぎ 15 白菜 40 油揚げ(冷) 8 赤みそ 5 白みそ 5 長ねぎ 10 ほうれん草(冷) 10		●ごはん		とり肉(皮つき) 20 にんじん 10 大根 25 とり肉団子 15 酒 0.3 焼きちくわ 50 塩 0.9 しょうゆ 1 がらスープ 1 白米 35 白玉団子(冷) 20 長ねぎ 10					
●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6		●ぶりの塩こうじから揚げ		揚げ油 3.5 ぶり(角) 70 にんにく 0.2 しょうが 0.2 酒 0.5 塩 0.2 しょうゆ 0.2 みりん 0.2 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.6	
●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2		●ピリ辛白菜		油 0.5 にんにく 0.4 ベーコン 4 にんじん 10 白菜 50 塩 0.3 粗びき黒こしょう 0.01 一味唐辛子 0.01 しょうゆ 0.2	
●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6		●たまねぎのみそ汁		水 0.6 こんぶ 0.6	
エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 32.1 g	

献立コンクール
保護者部門最優秀賞

17日(月)		麦ごはん キーマカレー ひじきのサラダ 牛乳		乳小	18日(火)		麦ごはん さばの塩焼き 五目豆 沢煮焼 牛乳		乳	19日(水)		ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 キャベツの塩こんぶあえ 大根のとりみ汁 牛乳		乳	20日(木)		麦ごはん 春巻き とり肉の甘酢炒め 卵スープ 牛乳		卵乳小	21日(金)		ロールパン ミートパスタ ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳		乳小						
ひじきの栄養を知る					さばについて知る					◎神奈川県産の食材を味わう					◎「かわさきそだち」のほうれん草を味わう					マカロニについて知る										
●麦ごはん		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	102 8		●麦ごはん		精白米 92 米粒麦 8		●ごはん		精白米 105	厚けずり節(かつお) 4 とりに肉(皮つき) 20 大根 35 しょうゆ 1.7 塩 0.8 豆腐(冷) 35 片栗粉 2 ほうれん草(冷) 10	4 20 35 1.7 0.8 35 2 10	●麦ごはん		こしょう 0.04 がらスープ 1.3 ホールコーン(冷) 22 コンビュール(冷) 18 片栗粉 1.2 卵 18 ほうれん草(市内産) 9 ゆで塩	0.04 1.3 22 18 1.2 18 9	●ロールパン		ロールパン 60	じゃが芋 35 ミックスビーンズ 15 片栗粉 0.6 さやいんげん(冷) 3	35 15 0.6 3								
●キーマカレー		油 1.3 にんにく 0.6 しょうが 0.6 豚ひき肉(もも) 37 たまねぎ 80 にんじん 30 水 1.7 塩 4.3 ウスターソース 45 じゃが芋 9 大豆ミート(小粒) 1 カレー粉 5.2 油 5.8 小麦粉 5 さやいんげん(冷) 5 ゆで塩	1.3 0.6 0.6 37 80 30 1.7 4.3 45 9 1 5.2 5.8 5 1.4		●さばの塩焼き		塩さば(切り身) 60		●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 10 えのきたけ(冷) 8 水 1.9 しょうゆ 5.4 みりん 0.4 春雨 4 長ねぎ 16	0.5 30 30 1 8 10 8 5.4 0.4 4 16	●とりに肉の甘酢炒め		ごま油 0.5 しょうが 0.2 とりに肉(皮つき) 70 塩 0.2 こしょう 0.01 酒 1.5 しょうゆ 1.5 たまねぎ 25 にんじん 10 酢 4 砂糖 2.7 塩 0.1 トマトケチャップ 6 片栗粉 0.7	0.5 0.2 70 0.2 0.01 1.5 1.5 25 10 4 2.7 0.1 6 0.7	●卵スープ		油 0.5 ベーコン 4 たまねぎ 30 水 1 塩	0.5 4 30 1	●フルーツポンチ		にんにく 0.24 豚ひき肉(もも) 45 たまねぎ 55 にんじん 15 塩 0.48 こしょう 0.04 トマト水煮 15 トマトビュール 10 トマトケチャップ 9 ウスターソース 2 リボンマカロニ 30 ゆで塩 1.2 油 1.2 小麦粉 1.2	0.24 45 55 15 0.48 0.04 15 10 9 2 30 1.2 1.2	60 4 3					
●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 1.4 酢	0.8 10 10 20 5 1.4		●五目豆		油 0.6 とりに肉(皮つき) 10 にんじん 15 ひじき 1 こんにやく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4 ●沢煮焼 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節(かつお) 10 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 30 大根 10 にんじん 15 酒 0.5 塩 0.8 しょうゆ 2 小松菜 5	0.6 10 15 1 15 25 2 4 0.6 4 10 10 30 10 15 0.5 0.8 2 5	●キャベツの塩こんぶあえ		キャベツ 52 にんじん 8 ゆで塩 0.5 ごま油 0.3 塩 1.3 白いりごま 1 ●大根のとりみ汁 水 0.6 こんぶ	52 8 0.5 0.3 1.3 1 0.6	●卵スープ		油 0.5 ベーコン 4 たまねぎ 30 水 1 塩	0.5 4 30 1	●ベジタブルスープ		油 0.6 ベーコン 2 とりに肉(皮つき) 20 たまねぎ 25 にんじん 15 水 0.8 こしょう 0.02 スープの素 1.2	0.6 2 20 25 15 0.8 0.02 1.2	4									
エネルギー 826 kcal		たんぱく質 30.1 g			エネルギー 832 kcal		たんぱく質 34.1 g		エネルギー 773 kcal		たんぱく質 33.4 g		エネルギー 846 kcal		たんぱく質 33.7 g		エネルギー 862 kcal		たんぱく質 36.3 g											
24日(月)		振替休日			25日(火)		麦ごはん ホキフライ 中濃ソース 塩だれ野菜 白いんげん豆のポターージュ 牛乳 乳小			26日(水)		麦ごはん 蒸ししゅうまい 肉野菜炒め 青菜と豆腐のスープ 牛乳 乳小			27日(木)		麦ごはん とり肉の揚げあえ カルシウムたっぷりサラダ かんぴょうのみそ汁 牛乳 乳			28(金)		ブルコギ丼(麦ごはん) 白菜スープ 牛乳 乳								
					ポターージュを味わう					小松菜の栄養を知る					カルシウムを多く含む食品を知る					旬の食品「白菜」を味わう										
●麦ごはん		精白米 92 米粒麦 8			●麦ごはん		精白米 92 米粒麦 8	水 30 豆腐(冷) 3 塩 8 こしょう 0.04 がらスープ 1.3 しょうゆ 1.2 片栗粉 0.6 小松菜 10	30 3 8 0.04 1.3 1.2 0.6 10	●ホキフライ		揚げ油 9.1 ホキフライ 70		●とりに肉の揚げあえ		揚げ油 4 とりに肉(皮つき) 80 しょうゆ 1 酒 2 しょうが 0.3 片栗粉 14.4 油 0.3 たまねぎ 15 水 3 酒 1 みりん 2 砂糖 1.8 しょうゆ 3.2 酢 3.4	4 80 1 2 0.3 14.4 0.3 15 3 1 2 1.8 3.2 3.4	●かんぴょうのみそ汁		水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 5 かんぴょう 5 豆腐(冷) 25 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 長ねぎ 10 わかめ(冷) 6	0.6 6 5 5 25 4.8 4.8 10 6	●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 20 もやし 20 にら 4 片栗粉 1.3 白いりごま 1.5	35 35 1.3 0.4 7 2 5 1.8 45 20 20 4 1.3 1.5	●白菜スープ		油 0.5 ベーコン 2.5 とりに肉(皮なし) 25 にんじん 10 しめじ 6 水 60 白菜 0.8 塩 0.03 こしょう	0.5 2.5 25 10 6 60 0.8 0.03	1.3 1 1.2
●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		●肉野菜炒め		油 0.5 しょうが 0.6 豚肉(もも) 15 豚肉(肩) 15 塩 0.1 こしょう 0.01 にんじん 8 たまねぎ 15 もやし 22 キャベツ 15 塩 0.5 こしょう 0.01 しょうゆ 0.4 片栗粉 1 チンゲン菜 5	0.5 0.6 15 15 0.1 0.01 8 15 22 15 0.5 0.01 0.4 1 5	●青菜と豆腐のスープ		油 0.5 ベーコン 4 とりに肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10	0.5 4 20 25 10	●カルシウムたっぷりサラダ		にんじん 8 キャベツ 25 小松菜 10 ゆで塩 3 しらす干し 3 チーズ 5 ごまドレッシング 7 白すりごま 1	8 25 10 3 5 7 1	●白菜スープ		油 0.5 ベーコン 2.5 とりに肉(皮なし) 25 にんじん 10 しめじ 6 水 60 白菜 0.8 塩 0.03 こしょう	0.5 2.5 25 10 6 60 0.8 0.03	1.3 1 1.2					
●中濃ソース		中濃ソース(袋) 8			●塩だれ野菜		にんじん 10 もやし 25 キャベツ 25 ゆで塩 0.8 ごま油 1.2 白いりごま 0.36 塩	10 25 25 0.8 1.2 0.36	●白いんげん豆のポターージュ		油 0.6 ベーコン 6 たまねぎ 40 にんじん 15 塩 1 こしょう 0.04 水 20 じゃが芋 20 白いんげん豆ペースト(冷) 34	0.6 6 40 15 1 0.04 20 20 34	●青菜と豆腐のスープ		油 0.5 ベーコン 4 とりに肉(皮なし) 20 たまねぎ 25 にんじん 10	0.5 4 20 25 10	●カルシウムたっぷりサラダ		にんじん 8 キャベツ 25 小松菜 10 ゆで塩 3 しらす干し 3 チーズ 5 ごまドレッシング 7 白すりごま 1	8 25 10 3 5 7 1	●白菜スープ		油 0.5 ベーコン 2.5 とりに肉(皮なし) 25 にんじん 10 しめじ 6 水 60 白菜 0.8 塩 0.03 こしょう	0.5 2.5 25 10 6 60 0.8 0.03	1.3 1 1.2					
エネルギー 908 kcal		たんぱく質 31.0 g			エネルギー 784 kcal		たんぱく質 30.9 g		エネルギー 871 kcal		たんぱく質 34.7 g		エネルギー 801 kcal		たんぱく質 36.4 g															

【令和7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
カレーすいとん	すいとん(冷)			○
ハンバーグおろしソース	ハンバーグ			○
ホキフライ	ホキフライ			○
春巻き	春巻き			○
ロールパン	ロールパン			○
ミートパスタ	リボンマカロニ			○
蒸ししゅうまい	しゅうまい			○

※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、オレンジ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