

月	火	水	木	金
<p><b>学校給食費の口座振替日（納期限）</b></p> <p>【第6期】(11月分) 11月30日(水)</p> <p>【第7期】(12月分) 1月4日(水)</p> <p>※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。</p>		<p>※★のついているものは、学校に直接配送されます。</p> <p>※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。</p>		
5日	6日	7日	8日	9日
麦ごはん さけの塩焼き 五豆 豚汁 牛乳 ★ (乳) 848kcal 41.4g	チキンクリーム ライス (乳) (小) (ターメリックライス) ウィンナーと野菜の スープ煮 牛乳 ★ (乳) 892kcal 31.6g	麦ごはん いわしのかば焼き* 切り干し大根と もやしのカレー炒め* けんちん汁 みかん 牛乳 ★ (乳) 778kcal 30.1g	ホイコーロー丼 (麦ごはん) かきたまスープ (卵) フルーツポンチ 牛乳 ★ (乳) 885kcal 36.1g	バーベキューチキンサンド (丸パン★小) とり肉の バーベキューソース) 野菜ソテー ボルシチ (乳) (小) 牛乳 ★ (乳) 771kcal 40.0g
12日	13日	14日	15日	16日
麦ごはん すき焼き煮 じゃことキャベツの ごま酢あえ たまねぎのみそ汁 牛乳 ★ (乳) 755kcal 31.1g	麦ごはん まぐろとごぼうの みそがらめ 春雨の塩炒め 豆腐と大根のトロみ汁 牛乳 ★ (乳) 791kcal 40.2g	麦ごはん 冬野菜のカレー (小) ボイル野菜 イタリアンドレッシングあえ ヨーグルト ★ (乳) 牛乳 ★ (乳) 909kcal 33.8g	麦ごはん 揚げぎょうざ (小) 生揚げのキムチ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳 ★ (乳) 845kcal 29.2g	ごはん ハンバーグ ケチャップソース (小) バジルポテト ジュリエンヌスープ 牛乳 ★ (乳) 768kcal 27.0g
19日	20日	21日	22日	23日
ごはん コロッケ (小) 中濃ソース 肉野菜炒め わかめスープ ヨーグルト ★ (乳) 牛乳 ★ (乳) 901kcal 33.3g	中華丼 (卵) (麦ごはん) 青菜ときのこのスープ りんご 牛乳 ★ (乳) 795kcal 32.3g	かながわ産品学校給食デー 麦ごはん とり肉のから揚げ ハムとキャベツのソテー カレーポトフ 牛乳 ★ (乳) 854kcal 40.0g	麦ごはん 冬の行事食 ごはん さばのゆずみそかけ 磯香あえ かぼちゃ入り すいとん (小) 牛乳 ★ (乳) 852kcal 31.9g	麦ごはん 赤しそふりかけ いかの吉野揚げ* じゃが芋のそぼろ煮 かんぴょうのみそ汁 牛乳 ★ (乳) 775kcal 33.4g

県内産の食材は、米（他県産とのブレンド）、キャベツ、牛乳です。小松菜、大根、ほうれん草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、2日のボルシチの「キャベツ」、8日の豆腐のみそ汁の「白菜」「長ねぎ」、14日の冬野菜のカレーの「大根」、21日のカレーポトフの「にんじん」「大根」、22日のかぼちゃ入りすいとんの「大根」「長ねぎ」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。)




※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。

【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、大切に作る心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、キャベツにんじん、大根、牛乳の予定です。

### 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。

※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。

### 学校給食のレシピとレシピ動画を公開中!


★がついた料理の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

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

左側は広告欄です。川崎市の学校給食の掲載内容は関係ありません。

令和4年 12月分献立表(詳細版)

川崎市中部学校給食センター D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(木)		2日(金)	
						ホイコーロー丼(麦ごはん) かきたまスープ フルーツポンチ 牛乳		バーベキューチキンサンド(丸パン・ とり肉のバーベキューソース) 野菜ソテー ポルシテ 牛乳	
						●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8		●丸パン 丸パン 60	
						●ホイコーロー丼 油 1.3 にんにく 0.3 しょうが 0.4 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 塩 0.13 酒 1.3 長ねぎ 12 キャベツ 80 ゆで塩 4 しょうゆ 4 テンメンジャン 4 砂糖 1.8 オイスターソース 0.7 ごま油 0.8 豆板醤 0.3 片栗粉 2.6 ピーマン 5		●とり肉のバーベキューソース とり肉(もも皮なし・切り身) 70 しょうが 1 しょうゆ 1.5 油 0.3 にんにく 0.3 長ねぎ 2 水 5 砂糖 0.7 しょうゆ 3 アップルソース 7 酢 0.5 片栗粉 0.4	
						●かきたまスープ 水 20 とり肉(皮なし) 10 にんじん 0.9 塩 1.3 がらすープ 1.3		●野菜ソテー 油 0.5 ベーコン 2 にんじん 15 ホールコーン(冷) 30 ほうれん草 10 ゆで塩 0.3 塩 0.02 ごしょう	
						●ポルシテ 油 0.5 ベーコン 1.2		●ポルシテ 油 0.5 ベーコン 1.2	
						エネルギー 885 kcal		エネルギー 771 kcal	
						たんぱく質 36.1 g		たんぱく質 40.0 g	
5日(月)	麦ごはん さけの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳	6日(火)	チキンクリームライス(ターメリックライス) ウインナーと野菜のスープ煮 牛乳	7日(水)	麦ごはん いわしのかば焼き 切り干し大根ともやしのカレー炒め けんちん汁 みかん 牛乳	8日(木)	ごはん とり肉のしょうが煮 おひたし 豆腐のみそ汁 牛乳	9日(金)	ツナそぼろごはん(麦ごはん) ひじきのナムル 肉団子中華スープ 牛乳
●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●さけの塩焼き 塩ざけ(切り身) 60	●ターメリックライス 精白米 105 油 1 ターメリック 0.06	こしょう 0.02 かぶ 20	●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	●ごはん 精白米 105	●とり肉のしょうが煮 とり肉(皮なし) 80 水 4 酒 1 砂糖 3.6 しょうゆ 5.4 しょうゆ 0.9 たまねぎ 30 片栗粉 1.8	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	●ツナそぼろ 水 22 にんじん 46 酒 2 砂糖 2 しょうゆ 2.6	
●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	●豚汁 油 0.6 豚肉(もも) 12.5 豚肉(肩) 12.5 ごぼう 10 にんじん 20 水 25 じゃが芋 25 豆腐(冷) 30 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 5	●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 ごしょう 0.06 チーズ 5 水 28 エリンギ 8 油 7 小麦粉 8.4 調理用牛乳 72.3 豆乳 10	●切り干し大根ともやしのカレー炒め 油 0.5 ベーコン 2.3 たまねぎ 14 にんじん 6 もやし 30 切り干し大根 3 塩 0.35 スープの素 0.35 カレー粉 0.2 しょうゆ 0.6 片栗粉 0.3	●みかん みかん 80	●おひたし 水 0.1 ごんぶ 1.2 厚けずり節 0.6 砂糖 3.6 しょうゆ 1.3 油揚げ(冷) 8 もやし 35 にんじん 5 小松菜 10 ゆで塩	●豆腐のみそ汁 水 0.6 ごんぶ 6 厚けずり節	●ひじきのナムル ごま油 1 にんにく 0.1 しょうが 0.24 しょうゆ 2.9 ひじき 0.6 もやし 50 小松菜 10 ゆで塩 0.6 白すりごま 0.6	●肉団子中華スープ 水 10 にんじん 35 白菜 0.7 塩 0.02 ごしょう	
エネルギー 848 kcal	たんぱく質 41.4 g	エネルギー 892 kcal	たんぱく質 31.6 g	エネルギー 778 kcal	たんぱく質 30.1 g	エネルギー 752 kcal	たんぱく質 37.4 g	エネルギー 790 kcal	たんぱく質 28.1 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。

12日(月)	麦ごはん すき焼き煮 じゃこキャベツのごま酢あえ たまねぎのみそ汁 牛乳	13日(火)	麦ごはん まぐろとごぼうのみそがらめ 春雨の塩炒め 豆腐と大根のとりみ汁 牛乳	14日(水)	麦ごはん 冬野菜のカレー ポイル野菜イタリアンドレッシングあえ 牛乳	15日(木)	麦ごはん 揚げぎょうざ 生揚げのキムチ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳	16日(金)	ごはん ハンバーグケチャップソース パシルポテト ジュリエンスープ 牛乳
●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●たまねぎのみそ汁 水 4 こんぶ 0.6 厚けずり節 6 たまねぎ 35 揚げ油 20 豆腐(冷) 20 赤みそ 5 白みそ 5 ほうれん草(冷) 5	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●豆腐と大根のとりみ汁 水 4 こんぶ 0.6 厚けずり節 20 まぐろ(角・濃粉付) 60 油 0.3 大根 20 しょうゆ 1.7 水 0.9 豆腐(冷) 35 しょうが 0.2 しょうゆ 0.2 赤みそ 5.2 砂糖 2.5 みりん 1.3	●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) 35 豚肉(肩) 35 赤ワイン 1.5 たまねぎ 40 にんじん 20 じゃが芋 40 大根(市内産) 40 カラメルソース 2 小麦粉 7 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 ほうれん草 5 ゆで塩	●麦ごはん 精白米 102 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 97 米粒麦 8	●ごはん 精白米 100	●ハンバーグケチャップソース ハンバーグ 80 トマトケチャップ 5 ウスターソース 5
●すき焼き煮 油 0.6 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 酒 1 にんじん 15 しらたき 30 えのきたけ(冷) 10 水 10 砂糖 2.4 しょうゆ 6.2 みりん 0.4 長ねぎ 20	●じゃこキャベツのごま酢あえ にんじん 10 キャベツ 35 かんぴょう 1.5 しらす干し 2 ゆで塩 2 砂糖 1.5 しょうゆ 2 塩 0.3 酢 2.5 白いりごま 1	●春雨の塩炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 酒 0.3 干しいたけ 0.1 たまねぎ 15 にんじん 5 塩 0.5 こしょう 0.01 しょうゆ 0.3 もやし 20 チンゲン菜 5 春雨 5	●ポイル野菜 イタリアンドレッシングあえ ホールコーン(冷) 25	●ヨーグルト ヨーグルト 80	●生揚げのキムチ炒め 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 30 白菜刻みキムチ(冷) 10 酒 0.5 がらすープ 1 しょうゆ 2.5 砂糖 0.4 片栗粉 1 生揚げ(冷) 35 にら 5 ごま油 0.5	●わかめとコーンのスープ ベーコン 3 水 15 とり肉(皮なし) 10 にんじん 10 たまねぎ 25 ホールコーン(冷) 25	●ごはん 精白米 100	●パシルポテト 油 0.5 にんにく 0.3 たまねぎ 15 塩 0.2 こしょう 0.02 パシルペースト 1 じゃが芋 60 ゆで塩	●ジュリエンスープ 油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 たまねぎ 25 水 35 キャベツ 1.3 スープの素 0.4 しょうゆ 0.7 塩 0.04 こしょう
エネルギー 755 kcal	たんぱく質 31.1 g	エネルギー 791 kcal	たんぱく質 40.2 g	エネルギー 909 kcal	たんぱく質 33.8 g	エネルギー 845 kcal	たんぱく質 29.2 g	エネルギー 768 kcal	たんぱく質 27.0 g
19日(月)	ごはん コロッケ 中濃ソース 肉野菜炒め わかめスープ ヨーグルト 牛乳	20日(火)	中華丼(麦ごはん) 青菜ときのこのスープ りんご 牛乳	21日(水)	麦ごはん とり肉のから揚げ ハムとキャベツのソテー カレーポトフ 牛乳	22日(木)	ごはん さばのゆずみそかけ 磯香あえ かぼちゃ入りすいとん 牛乳	23日(金)	麦ごはん 赤しそふりかけ じゃが芋のそぼろ煮 かんぴょうのみそ汁 牛乳
●ごはん 精白米 105	●コロッケ 揚げ油 10.4 コロッケ 80	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8	●中華丼 油 0.6 豚肉(もも) 22 豚肉(肩) 22 にんじん 20 たけのこ(水煮) 8 たまねぎ 40 白菜 65 塩 1.2 砂糖 0.65 がらすープ 0.3 オイスターソース 0.3 しょうゆ 1.7 なると 6 片栗粉 2.6 うずら卵(水煮) 20 ごま油 0.65	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	●とりに肉のから揚げ 揚げ油 4 とり肉(皮つき) 40 とり肉(皮なし) 40 酒 1 塩 0.6 こしょう 0.07 しょうゆ 1.1 片栗粉 12	●ごはん 精白米 100	●さばのゆずみそかけ さば(切り身) 60 酒 2 水 2 酒 1 赤みそ 2.5 白みそ 2.5 砂糖 2.6 みりん 3 ゆずピューレ(冷) 1 片栗粉 0.3	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	
●中濃ソース 中濃ソース(袋) 8	●肉野菜炒め 油 0.5 しょうが 0.8 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 20 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	●りんご りんご 35.88 塩水	●ハムとキャベツのソテー 油 0.5 ポークハム 10 にんじん 10 キャベツ 50 塩 0.1 こしょう 0.01 スープの素 0.3	●さばのゆずみそかけ 酒 0.02 水 0.3 酒 5	●磯香あえ もやし 20 にんじん 5 白菜 40 ゆで塩 20 しょうゆ 3.9 きざみり 0.3	●かぼちゃ入りすいとん 水 0.6 こんぶ 4 厚けずり節 24 とり肉(皮なし) 6 ごぼう 10 にんじん 10	●じゃが芋のそぼろ煮 油 0.3 一味唐辛子 0.01 豚ひき肉(もも) 20 にんじん 15 たまねぎ 20 砂糖 1.3 しょうゆ 4.3 片栗粉 1 じゃが芋 60 ゆで塩 5 むきえだ豆(冷)	●かんぴょうのみそ汁 水 0.6 こんぶ	
エネルギー 901 kcal	たんぱく質 33.3 g	エネルギー 795 kcal	たんぱく質 32.3 g	エネルギー 854 kcal	たんぱく質 40.0 g	エネルギー 852 kcal	たんぱく質 31.9 g	エネルギー 775 kcal	たんぱく質 33.4 g

【令和4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
丸パン	丸パン			○
コロッケ	コロッケ			○
ハンバーグケチャップソース	ハンバーグ			○
揚げぎょうざ	野菜ぎょうざ			○
かぼちゃ入りすいとん	すいとん			○

※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。  
※こんぶ、わかめ、ひじき、もずく、あおさ、のり、白菜刻みキムチに含まれるこんぶ、しそこんぶふりかけに含まれるこんぶは、えび、かにが生息する場所で採取しています。

※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

注意喚起表示(コンタミネーション情報等)を確認したうえで、医師によるその食品の除去指示がある場合は、重篤なアレルギーがあることを意味するため、安全な給食提供は困難となり、完全弁当対応を考慮する対象となります。  
そのため令和5年1月分からは、この献立表(詳細版)に注意喚起表示(コンタミネーション情報等)の記載はいたしません。ご了承ください。なお、ご質問は、教育委員会事務局 健康給食推進室(200-2537)までお問合せください。

●コンタミネーション情報

- ・片栗粉は、小麦、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・里芋(冷)は、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・丸パンは、小麦、乳、卵、ごま、オレンジ、牛肉、大豆、とり肉、豚肉、りんご、ゼラチン、バナナを取り扱う工場で製造しています。
- ・なるとは、小麦、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・しらす干しは、えび、かに、いか、さばと混ざる漁法で採取しています。
- ・ベーコンは、小麦、牛肉、大豆、とり肉を取り扱う工場で製造しています。
- ・ウインナーソーセージは、小麦、牛肉、大豆、とり肉を取り扱う工場で製造しています。
- ・ポークハムは、小麦、牛肉、大豆、とり肉を取り扱う工場で製造しています。
- ・すいとん(冷)は、卵、そばを取り扱う工場で製造しています。
- ・米粒麦は、小麦、キビ、アワ、ヒエ、アマランサスを取り扱う工場で製造しています。
- ・油揚げ(冷)は、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・一味唐辛子は、ごま、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・厚けずり節は、さばを取り扱う工場で製造しています。
- ・野菜ぎょうざは、卵、乳、えび、かに、ごま、いか、牛肉、さば、とり肉、りんご、ゼラチン、バナナ、小麦、大豆、豚肉、魚介類(種類は特定できません)を取り扱う工場で製造しています。
- ・とり肉団子は、乳、小麦、えび、いか、オレンジ、牛肉、さけ、さば、大豆、とり肉、豚肉、りんご、ゼラチン、アーモンドを取り扱う工場で製造しています。
- ・ゆで大豆は、もも、りんごを取り扱う工場で製造しています。
- ・生クリームは、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・ヨーグルト(70)は、乳、ゼラチンを取り扱う工場で製造しています。
- ・ヨーグルト(80)は、もも、りんごを取り扱う工場で製造しています。
- ・ダイゼリー(梨)は、えび、かに、小麦、卵、乳、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、とり肉、バナナ、豚肉、もも、りんご、ゼラチン、魚介類(種類は特定できません)を取り扱う工場で製造しています。
- ・かぼちゃ(冷)は、大豆、やまいもを取り扱う工場で製造しています。
- ・ホールコーン(冷)は、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・きざみのりは、小麦、えび、かに、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・さば(切り身)は、小麦、えび、いか、さけ、さば、大豆、ゼラチンを取り扱う工場で製造しています。
- ・塩ざけ(切り身)は、小麦、えび、ごま、いか、さけ、さば、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・いわし(フィレ・澱粉付)は、卵、乳、小麦、えび、ごま、いか、さけ、さば、大豆、とり肉、豚肉、りんご、ゼラチンを取り扱う工場で製造しています。
- ・コロッケは、卵、乳、小麦、えび、かに、ごま、いか、オレンジ、牛肉、さけ、さば、大豆、とり肉、豚肉、もも、りんご、ゼラチン、バナナを取り扱う工場で製造しています。
- ・ハンバーグは、えび、かに、ごま、大豆を取り扱う工場で製造しています。
- ・まぐる(角・澱粉付)は、小麦、えび、ごま、いか、さけ、さば、大豆を取り扱う工場で製造しています。