

月	火	水	木	金
<p>【かながわ産品学校給食デー】</p> <p>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、キャベツ、大根、長ねぎ、牛乳の予定です。</p> <p>学校給食レシビとレシビ動画を公開中！</p> <p>*がついた料理はレシビやレシビ動画を紹介しています。</p> <p>『川崎市 学校給食レシビ』又は『川崎市 学校給食レシビ動画』で検索してください。</p> <p>▲詳細はこちら</p>				
4日	5日	6日	7日	8日
<p>ごはん</p> <p>いわしのかば焼き*</p> <p>切り干し大根のベーコン煮*</p> <p>豆腐のみそ汁</p> <p>ヨーグルト★(乳)</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>821kcal 29.6g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>ハンバーグ たまねぎソース(小)</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>コンソメスープ(卵)</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>841kcal 33.5g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>カレー肉じゃが</p> <p>白菜のとりみ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>869kcal 35.9g</p>	<p>高野豆腐のそぼろごはん*</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>じゃこ大根</p> <p>春雨スープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>750kcal 32.6g</p>	<p>ごはん</p> <p>とり肉のしょうが煮</p> <p>磯香あえ</p> <p>豚汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>906kcal 30.7g</p>
11日	12日	13日	14日	15日
<p>黒コッパン★(小)</p> <p>とり肉のから揚げ</p> <p>ピクルス</p> <p>ボルシチ(乳)(小)</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>842kcal 39.0g</p>	<p>マーボー丼 (麦ごはん)</p> <p>野菜スープ</p> <p>りんご</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>765kcal 32.3g</p>	<p>かながわ産品学校給食デー</p> <p>麦ごはん</p> <p>あじフライ(小)</p> <p>中濃ソース</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>大根のみそ汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>866kcal 33.8g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>冬野菜のカレー(小)</p> <p>白菜ときのこのスープ煮</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>863kcal 31.9g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>赤しそふりかけ</p> <p>いかの吉野揚げ*</p> <p>じゃが芋のそぼろ煮</p> <p>根菜汁</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>791kcal 35.6g</p>
18日	19日	20日	21日	22日
<p>ごはん</p> <p>豚肉と春雨のすき焼き煮</p> <p>ごま酢あえ</p> <p>じゃが芋のみそ汁</p> <p>ヨーグルト★(乳)</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>823kcal 31.7g</p>	<p>冬至の行事食</p> <p>ごはん</p> <p>銀ひらすのゆずみそかけ</p> <p>五目豆</p> <p>かぼちゃ入り</p> <p>すいとん(小)</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>845kcal 39.1g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>春巻き(小)</p> <p>生揚げのキムチ炒め</p> <p>わかめとコーンのスープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>772kcal 27.7g</p>	<p>ツナそぼろごはん*</p> <p>(麦ごはん)</p> <p>おひたし</p> <p>真だくさん!</p> <p>ちゃんこなべ風スープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>826kcal 31.9g</p>	<p>麦ごはん</p> <p>豚肉の黒こしょう炒め</p> <p>ポイル野菜</p> <p>ごまドレッシング</p> <p>とり肉と白菜のスープ</p> <p>牛乳★(乳)</p> <p>770kcal 34.5g</p>

※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。

※市内産の野菜

- 11日 ボルシチ「キャベツ」
- 13日 肉野菜炒め「キャベツ」、大根のみそ汁「大根」「長ねぎ」
- 18日 豚肉と春雨のすき焼き煮「長ねぎ」
- 19日 五目豆「にんじん」、かぼちゃ入りすいとん「大根」
- 21日 真だくさん!ちゃんこなべ風スープ「大根」「白菜」

(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。

※★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は以下の表示(卵)(乳)(小)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。

学校給食費の口座振替日(納期限)

【第6期】(11月分) 11月 30日(木)

【第7期】(12月分) 12月 4日(木)

※前日までに登録口座に入金・残高のご確認をお願いいたします。



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、学校給食レシビもご覧いただけます。



▲詳細はこちら

令和5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。

【令和5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
黒コッペン	黒コッペン			○
ヨーグルト	ヨーグルト		○	
春巻き	春巻き			○
ハンバーグたまねぎソース	ハンバーグ			○
あじフライ	あじフライ			○
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、そば、大豆、とり肉、豚肉、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

※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。

1日(金)	チキンクリームライス(ターメリックライス)	みかん	牛乳
	ターメリックライス	みかん	80
	精白米 105		
	油 1		
	ターメリック 0.06		
	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		
	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		
	コーンソテー		
	油 0.3		
	ベーコン 2.4		
	にんじん 10		
	ホールコーン(冷) 30		
	キャベツ 20		
	塩 0.4		
	ごしょう 0.02		
	エネルギー 906 kcal	たんぱく質 30.7 g	

4日(月)	ごはん いわしのかば焼き 切り干し大根のベーコン煮 ヨーグルト 牛乳	豆腐のみそ汁(乳)	5日(火)	ごはん ハンバーグたまねぎソース ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	卵(乳)小	6日(水)	ごはん さばの塩焼き カレー肉じゃが 白菜のとりみ汁 牛乳	乳	7日(木)	高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん) じゃこ大根 春雨スープ 牛乳	乳	8日(金)	ごはん とり肉のしょうが煮 豚汁 牛乳	乳
●ごはん 精白米 105	赤みそ 5 白みそ 5 ほうれん草 5 ゆで塩		●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8	たまねぎ 20 水 97 キャベツ 35 塩 0.7 ごしょう 0.03 スープの素 1.3 うずら卵(水煮) 25	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8	塩 0.9 しょうゆ 1.2 片栗粉 2 ほうれん草 5 ゆで塩	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.7 豚ひき肉(もも) 45 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	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●春雨スープ 水 40	●ごはん 精白米 100	じゃが芋 25 豆腐(冷) 30 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 10		
●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	●ヨーグルト ヨーグルト 100		●ハンバーグたまねぎソース ハンバーグ 80 油 0.2 たまねぎ 10 水 5 砂糖 0.8 しょうゆ 2.4 酢 0.5 みりん 1.6 片栗粉 0.3	●カレー肉じゃが 油 0.5 豚肉(もも) 12 豚肉(肩) 12 こんにゃく 18 にんじん 13 たまねぎ 22 水 43 じゃが芋 43 砂糖 1.1 塩 0.16 カレー粉 0.24 しょうゆ 3.4 さやいんげん(冷) 4	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.7 豚ひき肉(もも) 45 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	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●春雨スープ 水 40	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	
●切り干し大根のベーコン煮 油 0.4 ベーコン 5 切り干し大根 6 にんじん 12 水 6 ごんぶ 0.1 厚けずり節(かつお) 1.2 砂糖 0.6 しょうゆ 2.9 みりん 1.2			●ジャーマンポテト 油 0.5 ベーコン 5.6 炒めたまねぎ(冷) 15 塩 0.28 ごしょう 0.01 粗びき黒ごしょう 0.01 じゃが芋 60 ゆで塩	●白菜のとりみ汁 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節(かつお) 20 とり肉(皮なし) 10 にんじん 25 豆腐(冷) 40 白菜	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.7 豚ひき肉(もも) 45 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	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●春雨スープ 水 40	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	
●豆腐のみそ汁 水 0.6 ごんぶ 6 厚けずり節(かつお) 35 たまねぎ 40 豆腐(冷) 40			●コンソメスープ 油 0.65 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 15 にんじん 10	●白菜のとりみ汁 水 0.6 ごんぶ 4 厚けずり節(かつお) 20 とり肉(皮なし) 10 にんじん 25 豆腐(冷) 40 白菜	●高野豆腐のそぼろごはん 油 0.6 しょうが 0.7 豚ひき肉(もも) 45 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	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●春雨スープ 水 40	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	●じゃこ大根(大根) 大根 40 ぎゅうり 10 ゆで塩 10 酢 1.4 砂糖 0.6 しょうゆ 1.8 ごま油 0.6	●じゃこ大根(じゃこ) ごま油 0.3 しらす干し 3	
エネルギー 821 kcal	たんぱく質 29.6 g		エネルギー 841 kcal	たんぱく質 33.5 g	エネルギー 869 kcal	たんぱく質 35.9 g	エネルギー 750 kcal	たんぱく質 32.6 g	エネルギー 771 kcal	たんぱく質 40.3 g		エネルギー 771 kcal	たんぱく質 40.3 g	

11日(月)	黒コッペパン とり肉のから揚げ ピクルス ポルシチ 牛乳 (乳)小	12日(火)	マーボー丼(麦ごはん) 野菜スープ りんご 牛乳 (乳)小	13日(水)	麦ごはん あじフライ 中濃ソース 肉野菜炒め 大根のみそ汁 牛乳 (乳)小	14日(木)	麦ごはん 冬野菜のカレー 白菜ときのこのスープ煮 牛乳 (乳)小	15日(金)	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 根菜汁 牛乳 (乳)小								
●黒コッペパン 黒コッペパン 60	こしょう 0.07 じゃが芋 40 水 8 キャベツ(市内産) 28 トマトケチャップ 9.3 トマトピューレ 5.8 砂糖 0.5 油 2.3 小麦粉 2.3 生クリーム 4	●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8 ●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 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) 15 長ねぎ 1.5 片栗粉 0.3 ラー油 0.3	●りんご りんご 28.75 塩水	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●あじフライ 揚げ油 9.1 あじフライ 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 塩 0.1 こしょう 0.01 にんにく 8 たまねぎ 15 もやし 20 キャベツ(市内産) 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 ●大根のみそ汁 水	●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 炒めたまねぎ(冷) 20 にんにく 20 水 40 じゃが芋 40 大根 40 カラメルソース 2 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 5 ゆで塩	●冬野菜のカレー ベーコン 4 にんにく 5 白菜 60 エリンギ 7 しめじ 7 塩 0.2 こしょう 0.01 スープの素 0.6 しょうゆ 0.3	●赤しそふりかけ 赤しそ(粉) 1.32 ●いかの吉野揚げ 揚げ油 5 いか 60 酒 1.5 塩 0.25 片栗粉 10.2 ●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 にんにく 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 むぎえだ豆(冷) 5 ●根菜汁 水 0.6 こんぶ	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 酒 0.5 ごま油 0.2 ごぼう 10 大根 15 にんにく 15 塩 0.5 しょうゆ 3 小松菜 6 ●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 酒 0.5 ごま油 0.2 ごぼう 10 大根 15 にんにく 15 塩 0.5 しょうゆ 3 小松菜 6									
エネルギー 842 kcal	たんぱく質 39.0 g	エネルギー 765 kcal	たんぱく質 32.3 g	エネルギー 866 kcal	たんぱく質 33.8 g	エネルギー 863 kcal	たんぱく質 31.9 g	エネルギー 791 kcal	たんぱく質 35.6 g								
18日(月)	ごはん 豚肉と春雨のすき焼き煮 ごま酢あえ じゃが芋のみそ汁 ヨーグルト 牛乳 (乳)小	19日(火)	ごはん 銀ひらすのゆずみそかけ かぼちゃ入りすいとん 牛乳 (乳)小	20日(水)	麦ごはん 春巻き 生揚げのキムチ炒め わかめとコーンのスープ 牛乳 (乳)小	21日(木)	ツナそぼろごはん(麦ごはん) おひたし 具だくさん! ちゃんこなべ風スープ 牛乳 (乳)小	22日(金)	麦ごはん 豚肉の黒こしょう炒め ポイル野菜 ごまドレッシング とり肉と白菜のスープ 牛乳 (乳)小								
●ごはん 精白米 100	白すりごま 0.5 ●じゃが芋のみそ汁 水 6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 6 酒 30 じゃが芋 40 赤みそ 4.8 白みそ 4.8 わかめ(冷) 8 ●ヨーグルト ヨーグルト 80	●ごはん 精白米 100 ●銀ひらすのゆずみそかけ 銀ひらす(切り身) 70 水 1.8 酒 0.9 しょうゆ 2.3 かぼちゃ(冷) 2.3 みりん 2.7 ゆずピューレ(冷) 0.9 片栗粉 0.3 ●五目豆 油 0.6 とり肉(皮つき) 10 にんにく(市内産) 15 ひじき 1 こんにゃく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4 ●かぼちゃ入りすいとん 水 0.6 こんぶ 0.6 厚けずり節(かつお) 4 豚肉(もも) 12 豚肉(肩) 12	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 ●春巻き 揚げ油 2 春巻き 50 ●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 35 生揚げ(冷) 5 にら 0.5 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 にんにく 10 たまねぎ 25 ホールコーン(冷) 25 エネルギー 772 kcal	塩 0.8 こしょう 0.02 がらすープ 1.3 しょうゆ 1.5 片栗粉 1.2 わかめ(冷) 13	●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8 酒 0.3 塩 0.9 しょうゆ 1 がらすープ 1 豆腐(冷) 25 白菜(市内産) 33 白玉団子(冷) 20 長ねぎ 5 ●おひたし 水 0.1 こんぶ 1.2 厚けずり節(かつお) 0.5 砂糖 3.2 しょうゆ 1.2 みりん 8 油揚げ(冷) 42 もやし 10 小松菜 10 ゆで塩 ●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(皮なし) 15 エネルギー 826 kcal	●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 酒 0.5 ごま油 0.2 ごぼう 10 大根 15 にんにく 15 塩 0.5 しょうゆ 3 小松菜 6 ●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8 酒 0.5 ごま油 0.2 ごぼう 10 大根 15 にんにく 15 塩 0.5 しょうゆ 3 小松菜 6 ●豚肉の黒こしょう炒め 油 0.9 豚肉(もも) 32 豚肉(肩) 32 がらすープ 0.04 塩 1.3 しょうゆ 2 片栗粉 1.3 しょうゆ 10 長ねぎ 10 チンゲン菜 5 ●ポイル野菜 ホールコーン(冷) 20 もやし 25 きゅうり 10 ゆで塩 ●ごまドレッシング ごまドレッシング(袋) 8.4 ●とり肉と白菜のスープ エネルギー 770 kcal	油 0.5 とり肉(皮なし) 25 酒 0.5 水 10 にんにく 40 白菜 0.9 ごしょう 0.04 がらすープ 1.3 しょうゆ 2 片栗粉 1.3 長ねぎ 10 チンゲン菜 5	エネルギー 823 kcal	たんぱく質 31.7 g	エネルギー 845 kcal	たんぱく質 39.1 g	エネルギー 772 kcal	たんぱく質 27.7 g	エネルギー 826 kcal	たんぱく質 31.9 g	エネルギー 770 kcal	たんぱく質 34.5 g