

月	火	水	木	金
3日 麦ごはん 煮ししょうまい ① チャプチェ わかめスープ 牛乳★ ① 757kcal 26.8g	4日 ホイコーロー丼★ (麦ごはん) トマトと卵のスープ ① ヨーグルト★ ① 牛乳★ ① 870kcal 36.2g	5日 歯と口の健康週間の行事食 麦ごはん ししゃもフライ ① 中濃ソース きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 牛乳★ ① 799kcal 25.4g	6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★ ① 770kcal 28.9g	7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★ ① 855kcal 33.2g
10日 麦ごはん ボークチャップ 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 ①① 牛乳★ ① 903kcal 39.6g	11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★ ① 855kcal 35.2g	12日 丸パン★ ① かぼちゃコロッケ ① スパゲッティ イタリアン ①① ジュリエンスープ 牛乳★ ① 796kcal 25.5g	13日 麦ごはん ビーンズカレー ① きゅうりのしょうが風味 牛乳★ ① 863kcal 31.7g	14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★ ① 776kcal 34.8g
17日 ツナそぼろごはん★ (ごはん) ごまあえ けんちん汁★ 牛乳★ ① 795kcal 28.9g	18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★ ① 749kcal 34.9g	19日 タコライス★ (麦ごはん) タコライスの具 ポイルキャベツ 粉チーズ ① ベジタブルスープ 牛乳★ ① 777kcal 33.4g	20日 クファージュシー (ごはん) とり肉の 塩こうじから揚げ★ もすくのみそ汁 牛乳★ ① 813kcal 33.0g	21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★ ① 782kcal 31.2g
24日 麦ごはん 揚げぎょうざ ① 豚肉のキムチ炒め チンゲン菜のごまスープ 牛乳★ ① 835kcal 33.6g	25日 麦ごはん チキン ストロガノフ ①① 野菜ソテー 牛乳★ ① 867kcal 31.0g	26日 麦ごはん さばの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳★ ① 901kcal 37.3g	27日 市制100周年お祝い献立 麦ごはん 豚の角煮 ① 「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★ ① 881kcal 38.4g	28日 麦ごはん まぐろのみそがらめ★ おひたし 沢煮桜 牛乳★ ① 761kcal 36.9g

市制100周年
お祝い献立



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。



※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

4日 トマトと卵のスープ 「トマト」

19日 ベジタブルスープ 「たまねぎ」



さいか 菜果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。

27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) とたんばく質 (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。

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

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

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。

※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。

※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。

17日(月)	ツナそぼろごはん(ごはん) ごまあえ けんちん汁 牛乳			乳	18日(火)	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	19日(水)	タコライス(麦ごはん タコライスの具 ポイルキャベツ 粉チーズ) ベジタブルスープ 牛乳			乳	20日(木)	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	21日(金)	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																									
ツナの製造方法について知る					◎カルシウムを多く含む食品を知る					沖縄料理のタコライスを味わう					沖縄の食文化を知る					乾物の特徴を知る																													
●ごはん 精白米 110 塩 0.5 豆腐(冷) 35 しょうゆ 3.6 長ねぎ 10					●麦ごはん 精白米 97 米粒麦 8					●豚肉となすのみそ汁 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 たまねぎ 20 なす 15					●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8					●ベジタブルスープ 油 0.6 ベーコン 2 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ(市内産) 30 にんじん 15					●ごはん 精白米 100 もずく 5					●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8					●にらと豆腐のスープ 水 15 とり肉(皮なし) 15 たまねぎ 25 塩 0.8 こしょう 0.02 ごんにやく 1.3 しょうゆ 2.4 豆腐(冷) 40 片栗粉 1.2 じゃが芋 8 ごま油 0.6														
●ツナそぼろ 水 22 にんじん 46 まぐろフレーク 2 酒 2 砂糖 2 しょうゆ 2.6					●あじの香味ソース 塩あじ(切り身) 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 片栗粉 0.36					●タコライスの具 油 0.65 にんにく 0.26 豚ひき肉(もも) 45 酒 1.3 こしょう 0.01 チリパウダー 0.06 たまねぎ 33 セロリ 4 にんじん 13 ピーマン 6.5 トマト水煮 40 トマトケチャップ 13 ウスターソース 2 カレー粉 0.26 しょうゆ 2 塩 0.5 砂糖 0.3 大豆ミート(小粒) 6					●クファージュシーの具 油 0.5 豚肉(肩) 18 酒 1.4 にんじん 15 水 0.8 しょうゆ 3.5 塩 0.1 みりん 0.6 きざみこんぶ(乾) 1.2					●とり肉の塩こうじから揚げ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.9					●もずくのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 3 かんぴょう 3 たまねぎ 20 とうがん 20 豆腐(冷) 28 ドレッシング 5 マヨネーズタイプ卵不使用) 5					●韓国風肉じゃが 水 0.5 豚肉(もも) 20 豚肉(肩) 20 ごんにやく 20 にんじん 15 たまねぎ 25 水 50 じゃが芋 0.4 酒 2 砂糖 5.5 しょうゆ 0.2 にんにく 1.3 コチジャン 0.5 ごま油 3					●ツナサラダ 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 1 しょうゆ 5 ドレッシング 1 (マヨネーズタイプ卵不使用)														
●ごまあえ もやし 24 キャベツ 35 ほうれん草(冷) 6 ゆで塩 1 砂糖 3 しょうゆ 1.2 白いりごま 1.2 白すりごま 1.2					●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 5.4 にんじん 11 水 0.1 こんぶ 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 1.1 むきえだ豆(冷) 4					●ポイルキャベツ キャベツ 40					●粉チーズ 粉チーズ(袋) 3					●とり肉の塩こうじから揚げ 揚げ油 3.5 とり肉(皮つき) 70 液体塩こうじ 6 片栗粉 12.9					●もずくのみそ汁 水 0.6 こんぶ 6 厚けずり節(かつお) 3 かんぴょう 3 たまねぎ 20 とうがん 20 豆腐(冷) 28 ドレッシング 5 マヨネーズタイプ卵不使用) 5					●韓国風肉じゃが 水 0.5 豚肉(もも) 20 豚肉(肩) 20 ごんにやく 20 にんじん 15 たまねぎ 25 水 50 じゃが芋 0.4 酒 2 砂糖 5.5 しょうゆ 0.2 にんにく 1.3 コチジャン 0.5 ごま油 3					●ツナサラダ 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 1 しょうゆ 5 ドレッシング 1 (マヨネーズタイプ卵不使用)														
エネルギー 795 kcal					たんぱく質 28.9 g					エネルギー 749 kcal					たんぱく質 34.9 g					エネルギー 777 kcal					たんぱく質 33.4 g					エネルギー 813 kcal					たんぱく質 33.0 g					エネルギー 782 kcal					たんぱく質 31.2 g				
24日(月)	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)	25日(火)	麦ごはん チキンストロガノフ 野菜ソテー 牛乳			乳(小)	26日(水)	麦ごはん さばの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳			乳	27日(木)	麦ごはん 豚の角煮「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(卵)	28日(金)	麦ごはん まぐろのみそがらめ おひたし 沢煮碗 牛乳			乳																									
ごまの栄養を知る					◎牛乳のカルシウムについて知る					◎噛むことを意識して食べる					給食を通して川崎の農産物を知る					【献立のねらい】◎まぐろに含まれるビタミンDについて知る																													
●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8					こしょう 0.01 がらスープ 1.3 しょうゆ 0.3 チンゲン菜 15 片栗粉 1 白すりごま 0.5 白いりごま 0.5					●麦ごはん 精白米 102 米粒麦 8					こしょう 0.02					●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8					こしょう 0.02					●麦ごはん 精白米 92 米粒麦 8					こしょう 0.02														
●揚げぎょうざ 揚げ油 2.4 野菜ぎょうざ 60					●チキンストロガノフ 油 0.7 とり肉(皮つき) 70 赤ワイン 4 たまねぎ 54 にんじん 30 水 30 たまねぎ 5 トマト水煮 1.1 塩 0.07 こしょう 16 デミグラスソース 6.5 トマトケチャップ 5.2 ウスターソース 1.3 しょうゆ 6.4 小麦粉 5.3 生クリーム 2.5					●さばの塩焼き 塩さば(切り身) 60					●五目豆 油 0.6 とり肉(皮つき) 10 にんじん 15 ひじき 1 こんにやく 15 ゆで大豆 25 砂糖 2 しょうゆ 4					●豚の角煮 水 10 酒 0.7 砂糖 1.5 しょうゆ 1.5 なたね(祝) 10 豆腐(冷) 40 片栗粉 0.6 長ねぎ 5 ほうれん草(冷) 10					●「かわさきそだち」のなしゼリー なしゼリー 60 (市内産梨使用)					●「かわさきそだち」のサラダ キャベツ 32 きゅうり(市内産) 15 湘南レッド(市内産) 5 ボークハム 8 ゆで塩 7 たまねぎドレッシング					●お祝いすまし汁 水 0.6 ごんぶ 6 厚けずり節(かつお)					●おひたし 水 0.1 ごんぶ 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					●沢煮碗 水 0.6 ごんぶ				
●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 にんじん 20 水 20 えのきたけ(冷) 5 塩 1					●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 赤みそ 10 ほうれん草(冷) 0.3 塩					●豚汁 油 0.5 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 15 にんじん 15 水 30 とうがん 25 じゃが芋 25 豆腐(冷) 35 赤みそ 5.5 白みそ 5.5 長ねぎ 5					●「かわさきそだち」のなしゼリー なしゼリー 60 (市内産梨使用)					●お祝いすまし汁 水 0.6 ごんぶ 6 厚けずり節(かつお)					●おひたし 水 0.1 ごんぶ 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					●沢煮碗 水 0.6 ごんぶ																			
エネルギー 835 kcal					たんぱく質 33.6 g					エネルギー 867 kcal					たんぱく質 31.0 g					エネルギー 901 kcal					たんぱく質 37.3 g					エネルギー 881 kcal					たんぱく質 38.4 g					エネルギー 761 kcal					たんぱく質 36.9 g				

市制100周年
お祝い献立

【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