

1 (月)		はいがロールパン　ハンバーグ しろいんげんまめのポタージュ れいとうみかん　ぎゅうにゅう		2 (火)		ごはん　あじのこうみソース もやしいため　けんちんじる＊ ぎゅうにゅう		3 (水)		ミニロールパン　ツナのスパゲッティ コーンスープ　ピーチゼリー ぎゅうにゅう		4 (木)		むぎごはん キーマカレー（だいずミート） ビクルス　ぎゅうにゅう		5 (金)		はつがまいごはん　あかしそふりかけ とりにくとごぼうのあまからあえ＊ みそしる　ぎゅうにゅう							
【献立のねらい】季節の食品のトマトについて知る				あじについて知る				とうもろこしについて知る				キーマカレーについて知る				◎歯と口の健康週間の行事食									
●胚芽ロールパン 胚芽ロールパン(減塩)40				じゃが芋　30 水　60 白いんげん豆ペースト(冷)30		●ごはん 精白米　80		たまねぎ　10 (にんじん　5 ゆで塩		●ミニロールパン ミニロールパン(減塩)25		●コーンスープ 油　0.5 ベーコン　2 とり肉(皮なし)20 たまねぎ　20 粗塩　0.8 こしょう　0.02 水　60 ホールコーン(冷)20 コーンピューレ(冷)15		●麦ごはん 精白米　70 米粒麦　15		ぎゅうり　35 (砂糖　2 酢　3 粗塩　0.3		●発芽米ごはん 精白米　70 発芽玄米　10		し酒　1 片栗粉　9					
●ハンバーグ 油　適量 ハンバーグ(減塩)70 油　0.5 たまねぎ　12 水　5 トマト　5 トマトケチャップ　4 ウスターソース　1.5				小麦粉　1 牛乳　41.2 パセリ　0.5		●あじの香味ソース 揚げ油　適量 あじ(切り身)50 片栗粉　7.5 油　0.2 にんにく　0.5 しょうが　1.3 水　6 砂糖　2 赤みそ　1.1 みりん　0.5 しょうゆ　2.4 豆板醤　0.04 酢　0.7 ごま油　0.2		●けんちん汁 油　0.5 とり肉(皮なし)15 水　5 ごぼう　10 にんじん　10 こんにゃく　10 水　120 (厚けずり節(かつお)3 じゃが芋　20 粗塩　0.4 豆腐(冷)30 しょうゆ　2.5 長ねぎ　10		●ツナのスパゲッティ 油　1.2 にんにく　0.6 ベーコン　4 たまねぎ　15 水　30 白ワイン　2 粗塩　0.5 こしょう　0.04 水　5 キャベツ　30 しょうゆ　1 (スパゲッティ　30 ゆで塩　3 ピーマン　5 ゆで塩		●ピーチゼリー ピーチゼリー　40		●キーマカレー 油　1 にんにく　0.5 しょうが　0.5 豚ひき肉(もも)35 たまねぎ　55 にんじん　20 水　30 粗塩　1.2 ウスターソース　3.3 じゃが芋　35 なす　15 大豆ミート(小粒)3 カレー粉　0.8 (油　4.5 小麦粉　4.5 ピーマン　3				●赤しそふりかけ 赤しそ(粉)1		●みそ汁 水　120 こんぶ　0.5 厚けずり節(かつお)5		●とり肉とごぼうの甘辛あえ (水　5 砂糖　1.5 しょうゆ　3.3 みりん　2.5 むぎえだ豆(冷)5 ゆで塩　0.5 白いりごま　0.5 揚げ油　適量 ごぼう　15 しょうゆ　適量 (とり肉(皮つき)60 しょうが　0.5 しょうゆ　0.5		行事食 「歯と口の健康週間」	
エネルギー　695 kcal　たんぱく質　32.0 g						エネルギー　649 kcal　たんぱく質　28.8 g				エネルギー　680 kcal　たんぱく質　28.4 g				エネルギー　648 kcal　たんぱく質　23.5 g				エネルギー　674 kcal　たんぱく質　27.4 g							
8 (月)		にくどん（むぎごはん） にらたまスープ　ぎゅうにゅう		9 (火)		しよくパン　ももジャム　クリームシチュー＊ きりぼしだいこんとわかめのサラダ たまねぎドレッシング　ぎゅうにゅう		10 (水)		ごはん　さばのしおやき ごもくまめ　みそ汁　ぎゅうにゅう		11 (木)		ビーンズサンド（サンドパン・ビーンズ） じゃがいものからあげ キャベツとコーンのスープ　ぎゅうにゅう		12 (金)		ごはん　ごましろ チンジャオロースー なまあげのスープ　ぎゅうにゅう							
卵について知る				新献立の「切り干し大根とわかめのサラダ」について知る				◎よくかんで食べる大切さを知る				梅雨時の衛生について知る				季節の食品のピーマンについて知る									
●麦ごはん 精白米　70 米粒麦　10				(さやいんげん　5 ゆで塩		●食パン 食パン(減塩)40		●切り干し大根とわかめのサラダ 切り干し大根　2 (ホールコーン(冷)10 にんじん　7 わかめ(冷)10 茎わかめ(冷)5 ゆで塩		●ごはん 精白米　80		たまねぎ　25 キャベツ　20 豆腐　20 えのきたけ　3 赤みそ　4.3 白みそ　3.6		●サンドパン サンドパン(減塩)50		●じゃが芋のから揚げ 揚げ油　適量 じゃが芋　90 塩　0.2		●ごはん 精白米　80		し水　13 (ピーマン　ゆで塩					
●肉丼 油　1 (豚肉(もも)30 豚肉(肩)30 しょうが　0.8 にんにく　0.3 しょうゆ　0.7 酒　0.5 油　0.5 つきこんにゃく　40 にんじん　10 たまねぎ　45 酒　0.8 砂糖　2.5 しょうゆ　7 片栗粉　1 水				●にらたまスープ 水　120 とり肉(皮なし)10 粗塩　0.7 中華スープの素　1.5 しょうゆ　2 豆腐　30 片栗粉　1 にら　10 卵　20 ごま油　0.5		●ももジャム ももジャム　15		●クリームシチュー 油　0.5 ベーコン　1 とり肉(皮つき)30 たまねぎ　25 水　20 粗塩　0.8 こしょう　0.05 じゃが芋　55 水　40 チーズ　5 牛乳　41.2 米粉　3		●五目豆 油　0.5 とり肉(皮つき)15 にんじん　10 ひじき　0.8 こんにゃく　15 大豆　12 砂糖　1.8 しょうゆ　3.6		●さばの塩焼き さば　適量 塩さば(切り身)50		●ハヤシライス 油　0.5 にんにく　0.5 豚肉(もも)25 豚肉(肩)25 粗塩　0.1 こしょう　0.01 赤ワイン　3 たまねぎ　60 にんじん　20 水　80 粗塩　0.5 じゃが芋　30 トマトケチャップ　12 デミグラスソース　5 ウスターソース　3.5 しょうゆ　1.5		●ビーンズサンド 油　0.5 にんにく　0.13 豚ひき肉(もも)17 たまねぎ　22 にんじん　6 大豆　11 トマトケチャップ　1.7 トマトピューレ　5 砂糖　0.1 ウスターソース　2.2 粗塩　0.3 こしょう　0.01 チリパウダー　0.01 (油　0.6 小麦粉　0.6		●キャベツとコーンのスープ ベーコン　4 水　120 たまねぎ　10 にんじん　10 キャベツ　30 ホールコーン(冷)15 粗塩　0.5 こしょう　0.02 スープの素　1 パセリ　0.3		●ごま塩 (黒いりごま　2 粗塩　0.1 水　適量		●生揚げのスープ 油　0.4 とり肉(皮なし)20 たまねぎ　10 にんじん　10 水　100 キャベツ　20 生揚げ(冷)20 粗塩　0.6 しょうゆ　1.2 中華スープの素　1.5 チンゲン菜　10			
エネルギー　669 kcal　たんぱく質　32.3 g						エネルギー　568 kcal　たんぱく質　22.9 g				エネルギー　730 kcal　たんぱく質　30.6 g				エネルギー　627 kcal　たんぱく質　24.4 g				エネルギー　615 kcal　たんぱく質　28.7 g							
15 (月)		ごはん　こまつなとひじきのふりかけ カレーにくじゃが　やさいスープ ぎゅうにゅう		16 (火)		ごはん　さんまのうめかばやき きりぼしだいこんのいために はるさめスープ　ぎゅうにゅう		17 (水)		くろしよくパン　かぼちゃのグラタン ポイルやさい　わふうドレッシング ぎゅうにゅう		18 (木)		ハヤシライス（むぎごはん） キャベツのツナあえ　はっこうにゅう		19 (金)		フィッシュサンド（サンドパン・ホキフライ） カレーこふきいも コンソメスープ　ぎゅうにゅう							
新献立の「小松菜とひじきのふりかけ」について知る				梅肉について知る				かぼちゃについて知る				ツナについて知る				◎よくかんで食べる大切さを知る									
●ごはん 精白米　80				砂糖　1.5 粗塩　0.2 カレー粉　0.3 しょうゆ　3.6 むぎえだ豆(冷)3		●ごはん 精白米　80		しょうゆ　1.8		●黒食パン 黒食パン　40		●ポイル野菜 ホールコーン(冷)12 にんじん　10 もやし　15 キャベツ　15		●麦ごはん 精白米　70 米粒麦　15		砂糖　0.1 (油　4.5 小麦粉　4.5 生クリーム　3		●サンドパン サンドパン(減塩)50		たまねぎ　10 水　120 キャベツ　30 粗塩　0.5 こしょう　0.02 スープの素　1 うずら卵(水煮)25					
●小松菜とひじきのふりかけ ごま油　0.3 小松菜　10 ゆで塩 ひじき　0.6 砂糖　0.6 しょうゆ　1 けずり節(かつお)0.8 白いりごま　1.2				●野菜スープ 油　0.5 とり肉(皮なし)10 にんじん　10 もやし　15 キャベツ　25 水　120 粗塩　0.8 こしょう　0.03 中華スープの素　1.5 しょうゆ　1 片栗粉　1 水　3 にら　3 ごま油　0.5		●さんまの梅かば焼き 揚げ油　適量 (さんま(フィレ)40 片栗粉　6 水　5 鶏肉　3 酒　1.2 砂糖　2.2 みりん　1.2 しょうゆ　0.8		●春雨スープ (水　120 厚けずり節(かつお)3 にんじん　10 たまねぎ　10 粗塩　0.7 こしょう　0.02 しょうゆ　1 春雨　6 (片栗粉　0.5 ほうれん草　5 ゆで塩		●かぼちゃのグラタン 油　0.5 とり肉(皮なし)20 たまねぎ　30 にんじん　10 かぼちゃ　40 粗塩　0.5 こしょう　0.03 チーズ　6 (油　3.5 小麦粉　3.5 牛乳　51.5 粗塩　0.1 (マカロニ　10 ゆで塩　12 粉チーズ　3.5 パン粉　0.7		●和風ドレッシング 和風ドレッシング(袋)8.8		●ハヤシライス 油　0.5 にんにく　0.5 豚肉(もも)25 豚肉(肩)25 粗塩　0.1 こしょう　0.01 赤ワイン　3 たまねぎ　60 にんじん　20 水　80 粗塩　0.5 じゃが芋　30 トマトケチャップ　12 デミグラスソース　5 ウスターソース　3.5 しょうゆ　1.5		●キャベツのツナあえ (砂糖　1 しょうゆ　2.2 ごま油　0.4 まぐろ(缶)10 キャベツ　30 (にんじん　5 ゆで塩　0.5 白いりごま　0.5		●中濃ソース 中濃ソース　5		●カレー粉ふき芋 (水(ゆで用)70 じゃが芋　0.3 カレー粉　0.7 ゆで塩		●コンソメスープ 油　0.5 ベーコン　1 とり肉(皮なし)10 にんじん　10			
エネルギー　604 kcal　たんぱく質　23.6 g						エネルギー　702 kcal　たんぱく質　26.5 g				エネルギー　599 kcal　たんぱく質　24.4 g				エネルギー　663 kcal　たんぱく質　24.7 g				エネルギー　714 kcal　たんぱく質　28.9 g							
22 (月)		パンブキンロールパン　とりにくのからあげ＊ とうにゅうちゅうかスープ メロン　ぎゅうにゅう		23 (火)		チキンクリームライス（ターメリックライス） キャベツのソテー　ぎゅうにゅう		24 (水)		ごはん　ふりかけ＊ ぶたにくととうがんのにもの はるさめのちゅうかスープ　ぎゅうにゅう		25 (木)		しろパン　いちごジャム　ラザニア キャベツのスープに＊ ぎゅうにゅう		26 (金)		ごはん　ちくわのカレーあげ きゅうりのしょうがいため ぶたじる　ぎゅうにゅう							
季節の食品のメロンについて知る				きのこについて知る				とうがんについて知る				ラザニアについて知る				季節の食品のきゅうりにについて知る									
●パンブキンロールパン パンブキンロールパン(減塩)40				粗塩　0.1 こしょう　0.02 中華スープの素　1.5 白みそ　8 揚げ油　5 小麦粉　5 ゆで塩　0.5 ごま油		●ターメリックライス 精白米　80 ターメリック　0.05		●キャベツのソテー 油　0.3 ベーコン　2 (にんじん　7 ゆで塩　0.3 キャベツ　50 粗塩　0.3 こしょう　0.01		●ごはん 精白米　80		とうがん　30 片栗粉　0.5 水		●いちごジャム いちごジャム　15		●白パン 白パン(減塩)40		小麦粉　1.8 パセリ　0.36 粉チーズ　3.5		●ごはん 精白米　80		●豚汁 油　0.5 豚肉(もも)10 豚肉(肩)10 ごぼう　5 にんじん　10 水　120 とうがん　20 じゃが芋　30 豆腐(冷)15 赤みそ　5.7 白みそ　3 長ねぎ　10			
●とり肉のから揚げ (とり肉(皮つき)35 とり肉(皮なし)35 塩こしょう　6 にんにく　0.2 しょうが　0.3 片栗粉　13.9				●メロン メロン　22.9		●チキンクリームライス 油　0.6 ベーコン　4 とり肉(皮つき)40 たまねぎ　50 にんじん　20 粗塩　1 こしょう　0.05 スープの素　0.3 水　22 えのきたけ　5 チーズ　5 油　5.4 小麦粉　5.4 牛乳　55.7 パセリ　0.3		●春雨の中華スープ 油　0.5 とり肉(皮なし)15 たまねぎ　20 水　120 キャベツ　15 粗塩　0.7 こしょう　0.02 しょうゆ　1 中華スープの素　1.5 春雨　4 片栗粉　0.5 水　5 チンゲン菜　5 ごま油　0.5		●豚肉ととうがんの煮物 水　適量 酒　1.2 砂糖　3.5 しょうゆ　6 酢　1.2 しょうが　0.4 (水(ゆで用)70 豚肉(肩ロース・角)10 にんじん　10		●いちごジャム いちごジャム　15		●キャベツのスープ煮 油　0.5 ベーコン　4 キャベツ　55 にんじん　5 スープの素　0.3 粗塩　0.2 こしょう　0.01		●ラザニア 油　0.5 ベーコン　2.4 にんじん　0.36 豚ひき肉(もも)42 たまねぎ　48 にんじん　18 粗塩　0.5 こしょう　0.03 トマト水煮(缶)18 トマトケチャップ　14 ウスターソース　2.4 (リボンマカロニ　24 ゆで塩　1.8				●ちくわのカレー揚げ 揚げ油　適量 (焼きちくわ(減塩)33.3 小麦粉　3.3 カレー粉　0.3 水		●ぎゅうりのしょうが炒め ごま油　0.5 しょうが　0.5 きゅうり　35 酢　2 砂糖　1 粗塩　0.3 しょうゆ　1			
エネルギー　603 kcal　たんぱく質　31.7g						エネルギー　692 kcal　たんぱく質　25.0 g				エネルギー　704 kcal　たんぱく質　29.7 g				エネルギー　669 kcal　たんぱく質　27.9 g				エネルギー　640 kcal　たんぱく質　23.5 g							
29 (月)		はちみつロールパン　ぶたにくのトマトに＊ ベジタブルスープ　メロン ぎゅうにゅう		30 (火)		こうやどうふのそぼろごはん（むぎごはん）＊ しおだれキャベツ＊　みそしる ぎゅうにゅう		6月は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。 ○牛乳 ○かぼちゃ ○とうがん  ※天候の影響により、県内産の食材が納入できない場合もあります ※給食の食材の産地については、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイト(http://www.kyuusyokukai.eonet.jp/)に掲載しています。また、放射能検査結果については、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトに掲載しています。川崎市公式ウェブサイトのトップページ→画面上部の検索ボックスに「学校給食献立」と入力し、検索→「川崎市の学校給食(市立小学校・中学校・特別支援学校の献立表・給食の食材の産地・放射能検査結果)」。なお、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイトは、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトにもリンクを掲載しております。 				給食でのアレルギー情報について ※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。 ※特定原材料のうち、えび、かに、落花生、そば、くるみ、カシューナッツは使用しません。また、キウイフルーツ、その他の木の実類（カカオ・栗・杏仁を除く）は使用しません。				令和8年6月 (2026年6月) 献立表 (幸・多摩・麻生区) 給食回数　22回				☆お知らせ☆ 給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等で確認されるようお願いいたします。 各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量（g（グラム））とともに記入しました（表中の分量は小学校中学年1人分のもです）。					
季節の食品のズッキーニについて知る				高野豆腐について知る				高野豆腐のそぼろごはん（むぎごはん）＊				【給食目標】 よくかんで食べる大切さを知ろう				【給食目標】 よくかんで食べることの大切さを知る									
●はちみつロールパン はちみつロールパン(減塩)40				●ベジタブルスープ 油　0.5 ベーコン　2 とり肉(皮なし)20 たまねぎ　15 にんじん　10 粗塩　0.6 こしょう　0.02 スープの素　1 じゃが芋　30 ズッキーニ　5 片栗粉　0.5 水		●麦ごはん 精白米　70 米粒麦　10		●みそ汁 水　120 こんぶ　0.5 (厚けずり節(かつお)5 たまねぎ　20 じゃが芋　30 赤みそ　4.3 白みそ　3.6 生わかめ　3		●高野豆腐のそぼろごはん 油　1 しょうが　0.5 豚ひき肉(もも)40 にんじん　15 酒　1 みりん　2 砂糖　2.4 しょうゆ　4.8 凍り豆腐　5		●塩だれキャベツ ごま油　0.3 キャベツ　40 粗塩　0.25 白いりごま　1				エネルギー　602 kcal　たんぱく質　29.9 g				エネルギー　606 kcal　たんぱく質　25.9 g					
※ごはんは精白米、パンは小麦粉の量で示しています。※飲用牛乳は全年齢200ccです。																									