令和８年１０月献立表　中部学校給食センター　C献立

川崎市教育委員会事務局

月	火	水	木	金
献立コンクールのご応募ありがとうございました みんなで創る「健康給食」の取組の一環として、市立中学校の生徒や保護者の皆様から給食の献立及び料理を募集しました。応募作品を給食として提供することで、食への理解を深めるとともに、より一層給食への関心を高めることを目的としています。審査の結果は、HP に 10月上旬頃掲載します。最優秀賞を受賞した献立及び料理は、給食用にアレンジし、生徒部門は**令和9年1月**、保護者部門は**令和9年2月**に中学校給食で提供する予定です。			1日 麦ごはん ポークカレー (小) ひじきのサラダ 牛乳★ (乳)	2日 麦ごはん めかじきと大豆のみそがらめ もやし炒め けんちん汁 牛乳★ (乳)
5日 友好都市献立(韓国富川市) キムチビビンバ （麦ごはん） サムゲタン風スープ りんごゼリー★ 牛乳★ (乳) 853kcal　36.6g	6日 麦ごはん とり肉ののり塩から揚げ 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) 844kcal　33.8g	7日 麦ごはん 豚肉と生揚げの炒め煮 ツナサラダ タイピーエン (卵) 牛乳★ (乳) 819kcal　30.0g	8日 麦ごはん ぶりのたつた揚げ 大根ときゅうりの中華づけ たまねぎのみそ汁 牛乳★ (乳) 832kcal　31.6g	9日 麦ごはん ホイコーロー 塩だれ野菜 青菜と豆腐のスープ 牛乳★ (乳) 772kcal　31.5g
学校給食レシピとレシピ動画を公開中！ ご家庭でレシピやレシピ動画を参考に、給食の味を楽しんでください。 https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000125035.html		14日 ロールパン★ (小) さつま芋のクリーム煮 (乳)(小) ジュリエンヌスープ フルーツポンチ 牛乳★ (乳) 859kcal　28.9g	15日 麦ごはん あじのカレー揚げ 煮びたし 大根のとろみ汁 牛乳★ (乳) 756kcal　34.0g	16日 麦ごはん ハンバーグ おろしソース (小) 野菜ソテー パスタ入り ミネストラスープ (小) 牛乳★ (乳) 804kcal　29.6g
19日 麦ごはん とり肉のしょうが煮 ごまあえ すいとん (小) 牛乳★ (乳) 766kcal　38.4g	20日 麦ごはん 蒸ししゅうまい (小) 春雨の塩炒め にらたまスープ (卵) 牛乳★ (乳) 787kcal　29.5g	21日 友好都市献立(沖縄県那覇市) タコライス （ごはん タコライスの具 ボイルキャベツ 粉チーズ (乳) ） もずくスープ 牛乳★ (乳) 762kcal　33.8g	22日 ごはん さばの塩焼き 五目豆 豚汁 牛乳★ (乳) 909kcal　37.2g	23日 **給食なし**
26日 麦ごはん きのこのストロガノフ (乳)(小) キャベツのスープ煮 牛乳★ (乳) 865kcal　30.5g	27日 麦ごはん チキン南蛮 タルタルソース 白菜のおかか煮 じゃが芋のみそ汁 牛乳★ (乳) 807kcal　33.6g	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。 	29日 マーボー丼 （麦ごはん） 寒天の中華スープ ヨーグルト★ (乳) 牛乳★ (乳) 849kcal　34.9g	30日 切り干し大根のまぜごはん （しょうゆごはん） ちくわの磯辺揚げ (小) 豆腐のみそ汁 牛乳★ (乳) 781kcal　28.1g

友好都市提携30周年を記念した献立を提供します!!

5日（月）　「韓国・富川市」にちなんだ献立
21日（水）　「沖縄県・那覇市」にちなんだ献立

給食を通して友好都市への関心を高め、それぞれの国や地域の特色ある食文化について味わいながら知ってほしいと思います。

※県内産の食材は、牛乳です。豚肉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**
8日　大根ときゅうりの中華づけ「きゅうり」
（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、ご注意いただき、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に表示（(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。
※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。

学校給食費の口座振替日（納期限）

【第4期】（8・9月分）　9月30日（水）
【第5期】（10月分）　11月 2日（月）

※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。

■献立表（詳細版）
■放射能検査の結果
■給食で使用する食材の産地
こちら↓↓
https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000037906.html