



令和元年
5月

川口市マスコット「きゅぼらん」

学校給食共同献立表

川口市教育委員会

自校調理小学校

※献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載はありませんのでご了承ください。

日	曜	献立名			主な食品			栄養価	
		主食	飲み物	おかず	おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)
7	火	蒸し中華めん	牛乳	焼きそば コーンフライ 紅白大福	中華めん なたね油 小麦粉 あん上新粉 さとう パン粉	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	592	19.4
8	水	チキンライス	牛乳	いかなげつ ベーコンスープ	米 なたね油 バター 小麦粉	牛乳 とり肉 いかたちうお ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ にら	557	21.8
9	木	酢めし	牛乳	こぎつねずし たまめ汁	米 なたね油 さとう でんぷん	牛乳 ぶた肉 油揚げ たまご	にんじん ごぼうしいたけ	577	24.5
10	金	子供パン	牛乳	ホワイトフィッシュ ポイルキャベツ ミネストローネ	パン なたね油 じゃがいも マカロニ バター さとう パン粉 でんぷん	牛乳 たら ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん セロリ トマト にんにく	564	23.4
13	月	ひじきごはん	牛乳	かつおの照り焼き わかたけ汁	米 もち米 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ ひじき かつお はんぺん わかめ	にんじん たけのこ ほうれんそう しょうが	545	26.3
14	火	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン 揚げたこくん	中華めん なたね油 バター 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ たこ	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし	545	20.9
15	水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 フーヨーハイ	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油 ラー油	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ たまご かに	にんじん ながねぎ にんにく しいたけ キャベツ	587	28.0
16	木	ごはん	牛乳	そぼろごはん 新たまねぎのみそ汁 河内ばんかん	米 なたね油 さとう でんぷん じゃがいも	牛乳 ぶた肉 焼くわ 油揚げ わかめ みそ	にんじん しょうが しいたけ たまねぎ 河内ばんかん	553	25.9
17	金	コッペパン	牛乳	揚げパン(グラニュー糖) ポークビーンズ	パン なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム	591	23.4
20	月	ごはん	牛乳	カリカリ天丼 けんちん汁	米 ごま 小麦粉 なたね油 さとう ごま	牛乳 ちりめんじゃこ たまご とうふ	にんじん ごぼう さやいんげん だいこん ながねぎ	546	18.7
21	火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん おさかなツツ メロン	うどん なたね油 さとう カシューナッツ でんぷん	牛乳 とり肉 なたわかめ たら	ながねぎ しいたけ こまつな メロン	572	26.6
22	水	キムチ チャーハン	牛乳	とうふとチンゲンサイのスープ グレープゼリー	米 なたね油 ごま油 でんぷん 植物油 水あめ	牛乳 とり肉 たまご とうふ ベーコン	にんじん キムチ ピーマン たけのこ きくらげ チンゲンサイ ぶどう	546	21.9
23	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 春キャベツのみそ汁 エコふりかけ	米 じゃがいも さとう ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ わかめ みそ かつお節	たまねぎ にんじん キャベツ たまねぎ グリーンピース	546	21.6
24	金	ピタパン	牛乳	エリコンカン たまごとレタスのスープ	小麦粉 なたね油 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 ベーコン たまご	たまねぎ にんじん しょうが にんにく とうもろこし トマト レタス	550	31.1
27	月	ごはん	牛乳	中華ライス わかめスープ	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油	牛乳 ぶた肉 いか えび うずら卵 わかめ	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ しいたけ ながねぎ ほうれんそう	549	26.0
28	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ささかまぼこのお茶の葉揚げ そらまめ	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ ささかまぼこ	にんじん ながねぎ しいたけ ほうれんそう そらまめ ぜん茶	613	28.5
29	水	麦ごはん	牛乳	チキンカレー たまねぎドレッシングのサラダバー	米 麦 じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう ラード	牛乳 とり肉 チーズ 脱脂粉乳 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	637	22.8
30	木	とり五目 ごはん	牛乳	いわしフライ かきたま汁	米 さとう なたね油 でんぷん じゃがいも	牛乳 とり肉 いわし たまご	にんじん ごぼう たけのこ しいたけ ながねぎ ほうれんそう	566	22.1
31	金	フラワー ロール	牛乳	えびとアスパラガスのグラタン 野菜スープ	パン マカロニ なたね油 バター 小麦粉 パン粉	牛乳 えび とり肉 チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ マッシュルーム アスパラガス にんじん キャベツ とうもろこし	544	24.0

・都合により食材料を変更することがありますのでご了承ください。

・おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いします。

・食物アレルギー・献立表に記載されていない微量の食品については、学校にご相談ください。

また、使用する個々の食品・使用量に関する「学校給食献立日誌」及びアレルギー物質を含む食品に関する「給食用食品一覧表」を各学校あて送付及びホームページにて公開していますので併せてご確認ください。

次回給食費口座引落日のご案内

対象給食月	口座振替日	
4・5月分	5月31日(金)	5月30日(木) までに入金をお願いします

上記日程となりますので、所定の日までに学校給食費自動引落口座へ必ずご入金をお願いいたします。