



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
センター調理中学校
(新郷・南平センター献立)

※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	ごはん	牛乳	三色そぼろごはん けんちん汁 フィッシュスティック 紅白大福	米 なたね油 さとう さといも 上新粉 パン粉 植物油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 たまご とうふ 油揚げ たら 白いんげん豆 あずき	しょうが えだまめ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	853	31.7
改元を記念したお祝い献立です。									
8	水	ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 白ごまつくね きんぴられんこん	米 さとう でんぶん なたね油 パン粉 ごま	牛乳 とうふ 油揚げ みそ とり肉 さつま揚げ	たけのこ たまねぎ さやえんどう れんこん にんじん	756	25.4
9	木	地粉うどん	牛乳	わかめうどん みそポテト ブロッコリー	うどん じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 わかめ みそ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ブロッコリー	768	26.4
10	金	麦ごはん	牛乳	カレーライス オムレット ミニトマト	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード でんぶん さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 たまご	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ミニトマト	801	27.6
13	月	子供パン	牛乳	春野菜のクリームスープ ハンバーグオニオンソース オレンジ	パン なたね油 小麦粉 ラード さとう でんぶん	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ アスパラガス オレンジ	755	31.0
14	火	ごはん	牛乳	豆腐のみそ汁 かつおの漁師揚げ 新じゃがのそぼろ煮	米 なたね油 じゃがいも さとう でんぶん パン粉 小麦粉	牛乳 とうふ 油揚げ わかめ みそ かつお ぶた肉 さつま揚げ	だいこん たまねぎ にんじん グリーンピース	775	30.9
15	水	ごはん	牛乳	キムタクごはん トック入スープ 厚焼たまご	米 なたね油 トック さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ たまご	キムチ たくあん にんじん たまねぎ えのきたけ	753	26.1
16	木	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん ししゃもフライ あまなつみかん	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 小麦粉 パン粉	牛乳 ぶた肉 いか ししゃも	キャベツ ながねぎ もやし にんじん しいたけ しょうが にんにく あまなつみかん	747	31.8
17	金	ごはん	牛乳	こしね汁 鶏肉の元気ソースがけ ひじきの五目煮	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 油揚げ みそ とり肉 ひじき ぶた肉 大豆 さつま揚げ	にんじん だいこん ごぼう しいたけ にんにく しょうが ながねぎ	754	30.8
20	月	バターロール	牛乳	コーンポタージュ ほきの香草焼き キャベツとアスパラのサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード オリーブ油 コーンスターチ ごま ドレッシング	牛乳 ほき 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし キャベツ にんじん アスパラガス パセリ	767	31.0
21	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい アセロラゼリー	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ とり肉	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ アセロラ	842	30.9
22	水	ごはん ふりかけ	牛乳	呉汁 さばの塩焼き ミニトマト	米 じゃがいも なたね油 ごま 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ さば	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ ミニトマト	796	30.4
23	木	地粉うどん	牛乳	親子うどん 笹かまぼこの抹茶揚げ 冷凍みかん	うどん さとう でんぶん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 たまご ささかまぼこ	ほうれんそう にんじん ながねぎ みかん	740	32.2
24	金	ごはん	牛乳	はるさめスープ たこナゲット スタミナ焼肉	米 はるさめ でんぶん なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 ベーコン たこ いか ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ ほうれんそう ながねぎ にら しょうが にんにく	795	30.5
27	月	メロンパン	牛乳	ラビオリスープ じゃがいものミートソースがけ もも	パン でんぶん じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉 パン粉	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう にんにく エリンギ トマト もも	751	21.6
『不足しがちな栄養素が入っている食べ物を知ろう』1学期のテーマ:食物繊維 今月の食べ物:たけのこ									
28	火	ごはん	牛乳	たけのこごはん 切り干し大根のみそ汁 きんぴらハンバーグ	米 さとう なたね油 ごま	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	たけのこ にんじん ごぼう さやえんどう 切干大根 たまねぎ ながねぎ こまつな	740	27.9
たけのこには、食物繊維が多く入っています。その他今日の給食に使われている切り干し大根、ごぼうにも多く含まれ、食物繊維を意識した献立です。									
29	水	ごはん	牛乳	肉豆腐 あじの照り焼き オレンジ	米 じゃがいも さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 とうふ あじ	にんじん たまねぎ オレンジ	742	34.4
30	木	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン 春巻 メロン	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	キャベツ にんじん もやし ながねぎ とうもろこし しょうが にんにく メロン	745	27.4
31	金	ごはん	牛乳	たまごとコーンのスープ 中華風チキンソテー 野菜炒め	米 でんぶん さとう ごま ごま油 なたね油 コーンスターチ	牛乳 たまご ぶた肉 わかめ とり肉	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう にんにく しょうが キャベツ ピーマン	767	30.1

・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いたします。

・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、学校をおとして給食センターにご相談ください。

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、所定の日にならぬ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。