



令和元年  
6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)
3 月	中華おこわ	牛乳	ポークしょうまい わんたんスープ	米もち米 なたね油 ごま油 小麦粉 わんたん	牛乳 ぶた肉 とり肉	しょうが にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ もやし ほうれんそう	537	21.2
4 火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン いかの石垣揚げ	中華めん なたね油 ごま油 小麦粉 ごま	牛乳 ぶた肉 いか たまご	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう	584	27.9
5 水	えだまめと 桜えびのごはん	牛乳	たぬき汁 アセロラゼリー	米もち米 なたね油 ごま油 でんぶん さとう	牛乳 さくらえび たまご	えだまめしょうが にんじん ごぼうしいたけ アセロラ	530	18.7
6 木	ごはん	牛乳	ししゃもの立田揚げ カミカミきんぴら みそ汁	米 でんぶん なたね油 さとう ごま油 じゃがいも	牛乳 ししゃも すりめ さつま揚げ とうふ わかめ みそ	ごぼう にんじん たけのこ ながねぎしょうが	570	24.7
7 金	さきたま ライスボール	牛乳	ポテトのミートソースかけ ジュリエヌスープ	パン 米粉 じゃがいも なたね油 バター	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム しょうが にんにく トマト セロリー レタス パセリ	619	22.5
10 月	ごはん	牛乳	ちくわとごぼうのごまだれ丼 とうふのスープ	米 なたね油 でんぶん さとう ごま	牛乳 ちくわ とうふ ぶた肉	ごぼうしょうが にんじん たけのこ ながねぎ きくらげ ほうれんそう	564	21.1
11 火	地粉うどん	牛乳	親子うどん しゃくし菜まん 冷凍みかん	うどん でんぶん 小麦粉	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉	にんじん ながねぎ ほうれんそう しゃくし菜 みかん	594	23.7
12 水	酢めし	牛乳	鉄骨いなりちらし すまし汁 メロン	米 さとう ごま 水あめ 植物油	牛乳 とり肉 油揚げ ひじき さくらえび たまご とうふ はんぺん わかめ	にんじん ほうれんそう メロン	568	24.3
13 木	ごはん	牛乳	あじのなんばんづけ けんちん汁 エコふりかけ	米 でんぶん なたね油 さといも さとう ごま	牛乳 あじ とうふ かつお節	たまねぎ にんじん ビーマン しょうが だいこん ごぼう ながねぎ	538	22.0
14 金	ツイストパン	牛乳	とりのから揚げ マカロニのクリームスープ ミニトマト	パン でんぶん なたね油 マカロニ 小麦粉 ラード	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ トマト	632	29.7
17 月	ごはん	牛乳	うま辛豚丼 モロヘイヤスープ	米 なたね油 さとう ごま ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん たまねぎ ビーマン しょうが にんにく ながねぎ モロヘイヤ	565	24.2
18 火	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン 大豆しゃりしゃり揚げ ゆでじゃが	中華めん なたね油 バター じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ えび 大豆 かたくちいわし	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし	623	27.3
19 水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 夏野菜のサラダバー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり ズッキーニ とうもろこし	637	23.3
20 木	梅あじごはん	牛乳	厚焼き卵 なすのみそ汁	米 麦 ごま さとう でんぶん	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ たまご とうふ 油揚げ みそ	うめなす ながねぎ	586	24.8
21 金	バターロール	牛乳	魚とポテトのアーモンドあえ 野菜スープ さくらんぼ	パン でんぶん なたね油 じゃがいも さとう アーモンド	牛乳 かじき ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし さくらんぼ	575	23.8
24 月	わかめごはん	牛乳	とりのさっぱり煮 五目スープ	米 さとう ごま油 でんぶん	牛乳 わかめ とり肉 うずら卵 なたね	しょうが にんにく にんじん たけのこ もやし ほうれんそう	532	27.1
25 火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ゼリーフライ とうもろこし	うどん じゃがいも 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ おから	にんじん ながねぎ しいたけ ほうれんそう とうもろこし	636	24.0
26 水	かてめし	牛乳	いわしの佃煮 鯖物汁	米 なたね油 きびざとう さとう 水あめ ごま油	牛乳 油揚げ 凍り豆腐 こんぶ いわし とうふ みそ	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ たまねぎ	544	21.9
27 木	ごはん	牛乳	和風ハンバーグ はるさめスープ	米 さとう でんぶん はるさめ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ベーコン	えのきたけ エリンギ レモン だいこん たまねぎ にんじん もやし ながねぎ ごまつな	522	21.4
28 金	子供パン	牛乳	ホワイトフィッシュ ミネストローネ すいか	パン 米粉 でんぶん なたね油 じゃがいも マカロニ さとう オリーブ油	牛乳 たら ベーコン	たまねぎ にんじん セロリー トマト にんにく すいか	565	22.1

・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	
6月分	7月1日(月)	6月30日(日) までに入金をお願いします
7月分	7月31日(水)	7月30日(火) までに入金をお願いします

上記日程となりますので、所定の日にち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。