



令和元年
7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)
1 月	ごはん	牛乳	チンジャオロースー 華風コーンスープ	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 たまご	ながねぎしょうがピーマン たけのこしいたけ たまねぎ とうもろこし ほうれんそう	545	26.7
2 火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん 枝豆と桜えびのかき揚げ 冷凍みかん	うどん ごま 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 なると わかめ 桜えび たまご	ながねぎしいたけ こまつな えだまめ たまねぎ みかん	590	21.3
3 水	酢めし	牛乳	こぎつねずし すまし汁 すいか	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ とうふ はんぺん わかめ	にんじん ほうれんそう すいか	578	24.7
4 木	豚キムチ チャーハン	牛乳	トック	米 なたね油 ごま油 トック 植物油 水あめ	牛乳 ぶた肉 たまご とり肉	にんじん キムチ みつば ピーマン キャベツ しいたけ	549	20.8
5 金	はちみつパン	牛乳	ハンバーグステーキ 星型ポテト 野菜スープ	パン なたね油 さとう じゃがいも 植物油 はちみつ 米粉 ラード	牛乳 とり肉	たまねぎ にんにく にんじん キャベツ とうもろこし オクラ	564	19.5
8 月	ごはん	牛乳	豚丼 夏野菜のみそ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ	たまねぎしょうが さやいんげん なす かぼちゃ	541	25.7
9 火	地粉うどん	牛乳	ソース焼きうどん ウィンナーの香味揚げ	うどん なたね油 小麦粉 ごま	牛乳 ぶた肉 あおのり かつお節 ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ もやし しめじ	544	24.5
10 水	ひじきピラフ	牛乳	ししゃもフリッター たまごとレタスとトマトのスープ	米 なたね油 じゃがいも 小麦粉 でんぶん	牛乳 とり肉 ひじき ししゃも ベーコン たまご おきあみ	たまねぎ にんじん とうもろこし トマト レタス	573	20.2
11 木	ごはん	牛乳	とうふのあんかけ 豚肉のチャブチェ	米 でんぶん はるさめ ごま油 さとう ごま	牛乳 とうふ ぶた肉	にんじん もやし ながねぎ ピーマン にら たけのこ しいたけ	594	21.6
◎ 12 金	ナン	牛乳	ガルバンゾのインド風煮 ヨーグルトのフルーツぞえ (代替食: グレープゼリー)	なたね油 さとう 小麦粉 米粉 ラード でんぶん 水あめ	牛乳 ぶた肉 ひよこ豆 ヨーグルト	たまねぎ にんじん しょうが にんにく シークワーサー (ぶどう)	573	24.2
16 火	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン おさかなナッツ	中華めん なたね油 じゃがいも さとう でんぶん カシューナッツ	牛乳 ぶた肉 わかめ えび かじき	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし	592	24.7
◎ 17 水	うなぎごはん	牛乳	とうがんのみそ汁 シューアイス (代替食: レモンゼリー)	米 ごま さとう でんぶん 植物油 (水あめ)	牛乳 うなぎ たまご 油揚げ みそ 乳製品	にんじん ごぼう たまねぎ とうがん さやいんげん (レモン)	578	20.3

・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。

・◎印がついている献立について、食物アレルギーをお持ちの児童生徒のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。

それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

次回給食費口座引落日のご案内

対象給食月	口座振替日	
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
9月分	9月2日(月)	9月1日(日) 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。