



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
センター調理小学校
(新郷・南平学校給食センター献立)

※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)	
1	月	ごはん	牛乳	呉汁 きんぴらハンバーグ 河内ぼんかん	米 じゃがいも なたね油	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ とり肉	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ 河内ぼんかん たまねぎ	600	24.7	
2	火	ごはん	牛乳	いも団子汁 ほきの磯香揚げ わかめのサラダ	米 じゃがいも パン粉 なたね油 ドレッシング でんぶん 小麦粉	牛乳 ほきわかめ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ こまつな キャベツ とうもろこし	578	19.8	
3	水	メロンパン	牛乳	野菜スープ ハムカレーロール 豆乳プリン	パン なたね油 パン粉 じゃがいも さとう 水あめ	牛乳 ベーコン 豆乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	653	19.4	
4	木	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん 切り干し大根のみそ汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう ごま	牛乳 とり肉 凍り豆腐 油揚げ みそ いわし	にんじん ごぼう えだまめ 切干大根 ながねぎ こまつな だいこん	620	25.3	
5	金	ソフトめん	牛乳	スパゲティキャロットソース 星のコロッケ 七タゼリー	ソフトめん なたね油 でんぶん じゃがいも さとう パン粉	牛乳 ぶた肉	しょうが にんにく たまねぎ エリンギ にんじん りんご トマト ブルーベリー みかん	679	22.6	
8	月	わかめごはん	牛乳	トック入りスープ しゅうまい 小松菜ともやしのナムル	米 トック なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉	にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな もやし	588	19.4	
9	火	ごはん ふりかけ	牛乳	冬瓜のみそ汁 さばの塩こうじ焼き オレンジ	米 さとう	牛乳 油揚げ わかめ みそ さば かつお節 あおりのり	とうがん にんじん たまねぎ オレンジ	589	21.7	
10	水	はちみつパン	牛乳	コーンポタージュ メンチカツ 彩りソテー	パン なたね油 はちみつ 小麦粉 ラード 脱脂粉乳 パン粉	牛乳 ぶた肉	たまねぎ とうもろこし にんじん キャベツ えだまめ パセリ	661	23.0	
11	木	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス ブロッコリーと根菜のサラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング さとう ごま	牛乳 ぶた肉 豆乳 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ なす かぼちゃ トマト しょうが ブロッコリー だいこん にんにく	631	21.1	
12	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 笹かまぼこの磯辺揚げ ミニトマト	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 油揚げ ぶた肉 ささかまぼこ あおりのり	にんじん たまねぎ ほうれんそう ミニトマト	583	26.1	
16	火	ごはん	牛乳	けんちん汁 白ごまつくね キャベツのカラフルサラダ	米 さといも なたね油 さとう でんぶん パン粉	牛乳 とうふ 油揚げ とり肉	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが キャベツ 広島菜 京菜 だいこん葉 たまねぎ とうもろこし	588	20.3	
『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:食物せんい 今月の食べ物:枝豆										
◎	17	水	バターロール	牛乳	ラビオリスープ ささみのレモン風味 枝豆のサラダ シューアイス(チーズ) (代替食:みかんゼリー)	パン でんぶん なたね油 さとう ドレッシング 小麦粉 パン粉 生クリーム (さとう) (粉あめ)	牛乳 とり肉 ぶた肉 チーズ たまご	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう レモン えだまめ もやし (みかん)	693	29.2

枝豆には、食物せんいが多く入っています。食物せんいは、お腹の調子を整えたり、食べすぎを防いだりします。

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、学校をとお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。

◎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、アレルギー物資27品目を含まない食品に献立内容を変更いたします。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。