



令和2年  
2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 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	豆ごはん	牛乳	いわしフライ さつま汁	米 もち米 なたね油 じゃがいも でんぶん さつまいも	牛乳 大豆 油揚げ いわし とり肉 さつま揚げ みそ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ	644	24.1
4 火	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ いかとぼうふうのかき揚げ スイートスプリング	うどん さといも 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ いか こえび たまご	にんじん だいこん ほうろく ながねぎ しいたけ たまねぎ ぼうふう スイートスプリング	632	23.9
5 水	茶めし	牛乳	おでん 小松菜としめじの炒め物 ミニ大福	米 じゃがいも ちくわぶ さとう なたね油 上新粉	牛乳 つみれ 揚げポール 焼くわ ずら卵 こんぶ あずき	だいこん こまつな ぶなしめじ	610	23.5
6 木	ごはん	牛乳	ユーリンチー チンゲンサイのソテー はるさめスープ	米 でんぶん なたね油 さとう ごま油 はるさめ ラー油	牛乳 とり肉 ベーコン	にんにくしょうが ながねぎ チンゲンサイ たまねぎ にんじん もやし	668	25.7
7 金	ソフト フランスパン いちごジャム	牛乳	えびとほうれんそうのグラタン 野菜スープ	パン ジャム 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 ほうれんそう にんじん キャベツ とうもろこし	624	29.5
10 月	ごはん	牛乳	和風ハンバーグ こふきいも かきたま汁	米 さとう じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 たまご	えのきたけ エリンギ たまねぎ だいこん レモン にんじん ながねぎ ほうれんそう	616	23.0
12 水	とりごぼう ピラフ	牛乳	わかさぎフリッター 豆乳クリームスープ	米 なたね油 バター 小麦粉 大豆油	牛乳 とり肉 わかさぎ おきあみ ぶた肉 豆乳	ごぼう たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし	614	21.3
13 木	ごはん	牛乳	さばの塩焼き 五目きんぴら みそ汁	米 なたね油 さとう ごま油 ごま じゃがいも	牛乳 さば みそ さつま揚げ とうふ わかめ	にんじん ごぼう ながねぎ	643	24.7
14 金	コッペパン	牛乳	揚げパン(ココア) 厚揚げのカレー煮 りんご	パン なたね油 さとう きびさとう ココア アーモンド じゃがいも 小麦粉 ラード	牛乳 厚揚げ ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん りんご	614	24.8
17 月	ごはん	牛乳	肉じゃが きりたんぼ汁 エコふりかけ	米 じゃがいも さとう きりたんぼ なたね油 ごま	牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ かつお節	たまねぎ にんじん ごぼう ほうろく ながねぎ まいたけ せり	657	24.6
18 火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン 魚とポテのアーモンドあえ デコボン	中華めん なたね油 ごま油 じゃがいも さとう でんぶん アーモンド	牛乳 ぶた肉 かじき	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう デコボン	639	28.8
19 水	梅あじごはん	牛乳	白ごまつくね 豚汁	米 麦 なたね油 パン粉 ごま	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ とり肉 ぶた肉 とうふ みそ	うめ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ たまねぎ	610	26.7
20 木	ごはん	牛乳	四川どうふ えびしゅうまい	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油	牛乳 どうふ ぶた肉 えび たら	しょうが にんじん たけのこ ながねぎ にんにく しいたけ たまねぎ	621	28.9
21 金	フラワー ロール	牛乳	とりのアップルソース カリフラワーのクリーム煮	パン でんぶん なたね油 さとう じゃがいも 小麦粉 ラード	牛乳 とり肉 ベーコン 脱脂粉乳	りんご たまねぎ カリフラワー にんじん マッシュルーム	676	32.8
25 火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 菜の花むしパン みかん	うどん 小麦粉 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ	にんじん ながねぎ しいたけ こまつな とうもろこし みかん	660	23.6
26 水	ごはん	牛乳	カレーライス ゆで卵 フルーツカクテル	米 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 たまご 寒天	たまねぎ にんじん しょうが にんにく もも バインアップル みかん ナタデココ レモン	712	28.1
27 木	わかめごはん	牛乳	たららの甘酢あんかけ 白玉のっぺい汁	米 なたね油 さとう でんぶん 白玉もち さといも	牛乳 わかめ たら とり肉 油揚げ	もやし にんじん ビーマン だいこん ごぼう れんこん ながねぎ しょうが	651	26.3
◎ 28 金	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ ひじきサラダ プリン (代替食:りんごゼリー)	パン なたね油 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 ひじき ツナ たまご	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ きゅうり (りんご)	687	28.0

・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。

・◎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のうち代替食を希望する方には、代替食(原材料にりんごを含む)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	
3月分	3月2日(月)	3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。