



令和2年
2月

川口市マスコット「きゅほらん」

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)	
3 月	メロンパン	牛乳	はくさいのスープ ウインナーと大豆のケチャップ炒め スパイシーポテト	パン ほろきめ じゃがいも さとうなたね油	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆	はくさい にんじん ながねぎ ほうれんそう	681	24.2	
4 火	ごはん	牛乳	とん汁 さばの塩こうじ焼き ブロッコリー	米 なたね油 マヨネーズ さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ さば	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ ブロッコリー	662	26.1	
5 水	チーズパン	牛乳	ミネストローネ コーンフライ ほうれんそうときのこのソテー	パン じゃがいも マカロニ オリーブ油 小麦粉 パン粉 なたね油	牛乳 チーズ ベーコン いんげん豆	たまねぎ にんじん キャベツ トマト とうもろこし エリンギ ほうれんそう にんにく かぼちゃ	592	21.9	
6 木	ごはん	牛乳	ビビンバ トック入りスープ フルーツ杏仁プリン	米 なたね油 さとう トック ごま油 水あめ	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 わかめ 豆乳	にんじん もやし しょうが にんにく ほうれんそう たまねぎ えのきたけ もも	596	22.2	
7 金	芝中央小学校のリクエスト献立: たんたんめん			中華めん なたね油 さとう ラー油 ごま 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 みそ わかめ	にんじん えのきたけ ながねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ キャベツ とうもろこし	674	25.9	
	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ねぎぎょうざ わかめのサラダ						
10 月	ごはん	牛乳	なめこ汁 とんかつ きんぴられんこん	米 なたね油 小麦粉 パン粉 さとう	牛乳 とうふ みそ ぶた肉 さつま揚げ	なめこ たまねぎ ながねぎ れんこん にんじん えだまめ	638	26.0	
12 水	食パン チョコレート クリーム	牛乳	コーンポタージュ オムレツデミグラスソース デコボン	パン チョコレートクリーム 小麦粉 なたね油 さとう でんぶん ラード	牛乳 たまご 脱脂粉乳	とうもろこし たまねぎ パセリ エリンギ デコボン	653	22.5	
13 木	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 きのこしょうまい 小松菜ともやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 小麦粉 ドレッシング	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ こまつな もやし	620	23.9	
14 金	ソフトめん	牛乳	スパゲティミートソース かぼちゃのサラダ 米粉のガトーショコラ	ソフトめん なたね油 でんぶん マヨネーズ 米粉 さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳	にんじん たまねぎ エリンギ しょうが にんにく トマト パセリ かぼちゃ えだまめ りんご	695	24.5	
17 月	柳崎小学校のリクエスト献立: からあげ			米 さともい さとう でんぶん なたね油 ドレッシング ごま	牛乳 さつま揚げ みそ とり肉	にんじん だいこん ごぼう れんこん ながねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし こまつな	606	25.0	
	わかめごはん	牛乳	根菜汁 鶏のから揚げ 温野菜サラダ						
18 火	ごはん	牛乳	打ち豆汁 ぶりの揚げ煮 キャベツのおかか和え	米 さともい なたね油 植物油 さとう	牛乳 大豆 油揚げ みそ ぶり かつお節	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ キャベツ こまつな	616	24.1	
19 水	ツイストパン	牛乳	じゃがいもとウインナーのトマト煮 かじきのアーモンド和え 型抜きチーズ	パン じゃがいも さとう でんぶん なたね油 アーモンド	牛乳 かじき ソーセージ チーズ	にんじん たまねぎ トマト グリーンピース エリンギ にんにく	680	29.6	
20 木	麦ごはん	牛乳	カレーライス 切り干し大根のサラダ いちごゼリー	米 麦 じゃがいも なたね油 ドレッシング ラード 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく 切干大根 こまつな いちご	650	19.2	
21 金	『不足しがちな栄養素が入っている食べ物を知ろう』3学期の栄養素:カルシウム 今月の食べ物:わかさぎ								
	地粉うどん	牛乳	ごまみそうどん わかさぎの天ぷら いよかん	うどん ごま なたね油 小麦粉 大豆油	牛乳 とり肉 油揚げ みそ わかさぎ おきあみ	にんじん だいこん ながねぎ ぶなしめじ しいたけ ほうれんそう いよかん	594	22.1	
わかさぎには、カルシウムが豊富に含まれます。カルシウムは主に骨や歯を作るもとになります。									
25 火	ごはん	牛乳	けんちん汁 和風ハンバーグ ひじきの五目煮	米 さともい なたね油 さとう でんぶん ラード	牛乳 とうふ 油揚げ とり肉 ぶた肉 ひじき さつま揚げ	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが たまねぎ えのきたけ	615	24.3	
26 水	子供パン	牛乳	冬野菜のシチュー ミートかぼちゃフライ ミニトマト	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 パン粉 でんぶん ラード	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ かぶ エリンギ ブロッコリー かぼちゃ ミニトマト	636	21.3	
27 木	ごはん	牛乳	きりたんぼ汁 さんまのみそ煮 しゃくし菜ふりかけ	米 なたね油 さとう ごま ごま油 きりたんぼ	牛乳 とり肉 さんま みそ ちりめんじゃこ かつおぶし	にんじん はくさい だいこん ごぼう まいたけ ながねぎ こまつな しゃくし菜	616	25.1	
28 金	ホット中華めん	牛乳	五目とろみそば 大学いも オレンジ	中華めん なたね油 でんぶん さつまいも さとう ごま 水あめ	牛乳 ぶた肉 うずら卵	にんじん はくさい ながねぎ もやし しょうが にんにく オレンジ	624	21.0	

・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	
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。