



令和2年  
8・9月

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会

川口市マスコット「きゅぼら」

自校調理中学校

※献立名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ではありませんので、ご了承ください。

月	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)	
8	24	月	黒パン	牛乳	ヌードルスープ さけフライ もも	パン 黒とう 米粉めん なたね油 パン粉 小麦粉 さとう	牛乳 とうり肉 さけ	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし パセリ もも	753	26.2	
	25	火	コッペパン いちごジャム	牛乳	ミネストローネ ハンバーグオニオンソース ほうれんそうとコーンのソテー	パン ジャム じゃがいも マカロニ オリーブ油 さとう でんぶん なたね油	牛乳 ベーコン とり肉 いんげん豆 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ トマト にんにく とうもろこし ほうれんそう いちご	769	28.2	
	26	水	子供パン	牛乳	ラビオリスープ ポテトコロッケ ブロッコリー 型抜きチーズ	パン でんぶん じゃがいも 小麦粉 パン粉 なたね油 マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 チーズ	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう ブロッコリー	799	26.0	
	27	木	蒸し中華めん	牛乳	肉みそラーメン 春巻 ミニトマト	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉 さとう ごま	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ チンゲンサイ ながねぎ しょうが トマト	830	28.2	
	28	金	はちみつパン	牛乳	鶏肉のクリームスープ オムレツ わかめのサラダ	パン はちみつ じゃがいも 小麦粉 ラード でんぶん ドレッシング さとう	牛乳 とり肉 チーズ たまご わかめ 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ マッシュルーム キャベツ	761	28.2	
9	1	火	キャロット ピラフ	牛乳	オニオンスープ ミートボールのトマトソースがけ 粉ふきいも	米 オリーブ油 さとう じゃがいも なたね油 でんぶん 大豆油	牛乳 ベーコン とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ にんにく トマト パセリ とうもろこし	788	22.9	
	2	水	麦ごはん	牛乳	ハヤシライス 枝豆のサラダ レモンゼリー	米 麦 じゃがいも さとう なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング 水あめ	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん えだまめ とうもろこし もやし レモン	805	22.2	
	3	木	蒸し中華めん	牛乳	みそラーメン ソースたこ焼き 冷凍みかん	中華めん なたね油 米粉 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 みそ あおりのたこ	キャベツ にんじん もやし ながねぎ とうもろこし しょうが にんにく みかん	799	26.6	
	4	金	ごはん	牛乳	いも団子汁 さんまの煮付け こんにゃくの炒め煮	米 でんぶん なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 油揚げ さんま とり肉	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ こまつな さや いんげん オレンジ	751	23.9	
9	『給食で世界を旅しよう』 今月の国：『モーリシャス共和国』										
	7	月	チーズパン	牛乳	カレー野菜スープ 鶏肉のルガイユ 豆入りサラダ	パン なたね油 オリーブ油 さとう でんぶん ドレッシング	牛乳 チーズ ぶた肉 とり肉 ひよこ豆	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ とうもろこし パプリカ にんにく トマト パセリ	889	33.3	
	8	火	わかめごはん	牛乳	呉汁 和風おろしハンバーグ ミニトマト	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ わかめ とり肉	にんじん ごぼう ながねぎ えのきたけ だいこん たまねぎ トマト	768	28.5	
	9	水	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 けんちん汁 わかさぎの天ぷら	米 なたね油 さとう さといも 小麦粉 大豆油	牛乳 油揚げ ぶた肉 とうふ わかさぎ	にんじん さやえんどう だいこん ごぼう ながねぎ しょうが	749	25.3	
	10	木	地粉うどん	牛乳	沖縄そば 沖縄ハンピン(ごま入り) パイナップル	うどん なたね油 小麦粉 ごま	牛乳 ぶた肉 かまぼこ とり肉	もやし にんじん たまねぎ キャベツ こねぎ しょうが パイナップル	747	39.0	
	11	金	ごはん	牛乳	打ち豆汁 彩りたまご焼き さけとじやこのふりかけ	米 さといも なたね油 さとう ごま油 ごま 植物油 米油	牛乳 大豆 油揚げ みそ たまご さけ ちりめんじゃこ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ	774	28.6	
	14	月	ツイストパン	牛乳	コーンポタージュ じゃがいもとなすのミートソースがけ オレンジ	パン なたね油 小麦粉 ラード コーンスターチ じゃがいも さとう でんぶん	牛乳 脱脂粉乳 ぶた肉	たまねぎ とうもろこし なす トマト オレンジ パセリ エリンギ にんにく	806	24.6	
	15	火	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん 冬瓜のみそ汁 さばの塩こうじ焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 凍り豆腐 ぶた肉 油揚げ わかめ みそ さば	にんじん ながねぎ とうがん たまねぎ	810	32.8	
	16	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス ごぼうサラダ 型抜きチーズ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング ごま	牛乳 ぶた肉 豆乳 チーズ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ごぼう えだまめ とうもろこし	828	27.8	
	17	木	蒸し中華めん	牛乳	たんめん ツナポテトコロッケ ブロッコリー	中華めん ごま油 でんぶん じゃがいも パン粉 なたね油 マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 うずら卵 ツナ	ながねぎ しいたけ にんじん キャベツ ブロッコリー	789	28.8	
	18	金	ごはん	牛乳	ピリ辛みそ汁 鶏肉のさつぱり煮 とうもろこし	米 じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 うずら卵	にんじん だいこん ながねぎ しょうが にんにく とうもろこし	747	28.9	
	23	水	ごはん	牛乳	ひじきごはん 切り干し大根のみそ汁 あじの香味ソース	米 さとう ごま なたね油 でんぶん	牛乳 ひじき ぶた肉 さつま揚げ 油揚げ みそ あじ	にんじん 切干大根 ながねぎ こまつな にんにく しょうが	754	30.2	
	24	木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん きのことかぼちゃのかき揚げ 水まんじゅう	うどん さとう なたね油 小麦粉 パーム油 水あめ	牛乳 ぶた肉 油揚げ あずき	にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな まいたけ かぼちゃ	828	25.8	
	25	金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 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 川口の麦みそ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ もやし こまつな	751	32.2	
28	月	黒パン	牛乳	ミネストローヤ 白身魚の香草フライ コーンソテー	パン 黒糖 マカロニ パン粉 オリーブ油 さとう なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 ほき ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ にがうりトマト かぼちゃ にんにく とうもろこし パジル ほうれんそう	774	27.9		
29	火	ごはん 味付けのり	牛乳	なすのみそ汁 白ごまつね キャベツのおかか煮	米 さとう でんぶん パン粉 ごま	牛乳 のり とうふ わかめ 油揚げ みそ とり肉 かつお節	なす にんじん たまねぎ キャベツ	772	28.5		
30	水	ごはん	牛乳	わかめとたまごの中華スープ いかなげつ チンジャオロース	米 トック でんぶん 小麦粉 ごま油 なたね油	牛乳 うずら卵 わかめ いか ちうお 牛肉	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ にんにく しょうが ほうれんそう	790	24.3		

・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。

・毎月19日は食育の日です。

・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。

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(金)	7月30日(木) までに入金をお願いします
9月分	8月31日(月)	8月30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、所定の日にかま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。