



令和2年  
8・9月

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会  
センター調理中学校  
(元郷学校給食センターA献立)

※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	子供パン	牛乳	ミネストローネ ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ	パン マカロニ オリーブ油 さとうなたね油 ラード じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉 ハム	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく エリンギ きゅうり	771	28.8	
	25	火	黒パン	牛乳	野菜スープ オムレツ 大豆とひき肉のカレー煮	パン 黒とうじゃがいも なたね油 さとう でんぶん 小麦粉	牛乳 ベーコン たまご 大豆 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう	766	34.6	
	26	水	はちみつパン	牛乳	ニョッキのクリームスープ たらフライ オレンジ	パン はちみつ ニョッキ 小麦粉 ラード なたね油 パン粉 でんぶん	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 たら	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ オレンジ	786	28.6	
	27	木	ホット中華めん	牛乳	キムチラーメン コーンフライ こまつなサラダ	中華めん ごま油 ラー油 なたね油 パン粉 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 みそ ツナ	キムチ にんじん もやし キャベツ ながねぎ しょうが にんにく たら とうもろこし こまつな	787	29.3	
	28	金	コッペパン	牛乳	中華風かきたまコーンスープ 焼きそば ミニトマト	パン ごま油 でんぶん やきそば なたね油	牛乳 たまご ぶた肉	たまねぎ とうもろこし もやし キャベツ にんじん トマト	748	26.4	
9	1	火	チキンライス	牛乳	野菜のクリームスープ オムレツミートソースかけ ほうれん草のソテー	米 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 たまご ぶた肉 ベーコン	トマト たまねぎ にんじん パセリ エリンギ ほうれんそう	775	29.7	
	2	水	ごはん	牛乳	ハヤシライス シーフードサラダ レモンゼリー	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう オリーブ油 水あめ	牛乳 ぶた肉 えび いか	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり パプリカ レモン	750	23.8	
	3	木	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん 揚げたこ焼き きゅうりと枝豆のサラダ	中華めん ごま油 さとう ラー油 米粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 みそ あおさ たこ	チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが きゅうり えだまめ キャベツ とうもろこし	801	30.1	
	4	金	ごはん	牛乳	かきたま汁 さばのみそ煮 きんぴらごぼう	米 でんぶん さとう ごま みそ	牛乳 とうふ たまご さば みそ	たまねぎ ほうれんそう ながねぎ しょうが ごぼう にんじん	809	28.8	
	7	月	黒パン	牛乳	ミネストローネ フライドチキン コーンソテー	パン 黒とう マカロニ オリーブ油 さとう 小麦粉 でんぶん なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉 ハム	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく しょうが とうもろこし	806	29.6	
	8	火	ごはん	牛乳	四川豆腐 しゅうまい ほうれん草とまよしのナムル	米 さとう ごま油 でんぶん 小麦粉 なたね油	牛乳 とうふ ぶた肉	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし	737	29.5	
	9	水	ごはん	牛乳	みそけんちん さんまの塩焼き ひじきの五目煮	米 さといも さとう	牛乳 とうふ みそ さんま ぶた肉 油揚げ ひじき	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ こまつな えだまめ	741	31.3	
	10	木	地粉うどん	牛乳	豚なすうどん ちくわの磯辺揚げ もやしのおかか和え	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼くわ あおさ かつお節	なす にんじん たまねぎ こまつな もやし さやいんげん えのきたけ	763	31.2	
	11	金	ごはん	牛乳	わかめスープ 豚肉のねぎみそ焼き こまつなサラダ	米 なたね油 さとう ごま油	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ ツナ 川口の麦みそ	たまねぎ にんじん えのきたけ ながねぎ こまつな	746	29.3	
	14	月	バターロール	牛乳	野菜スープ 肉団子とパンネのトマト煮 ブロッコリー	パン じゃがいも マカロニ オリーブ油 ラード さとう マヨネーズ でんぶん	牛乳 ベーコン とり肉 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう エリンギ にんにく トマト ブロッコリー	744	25.7	
	15	火	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 すまし汁 さけフライ	米 なたね油 さとう でんぶん 小麦粉 小麦粉	牛乳 油揚げ ぶた肉 とうふ たら たこ さけ	にんじん さやえんどう こまつな ながねぎ	815	32.9	
	16	水	ごはん	牛乳	ナシゴレン ソトアヤム ガドガド風サラダ	米 植物油 なたね油 ごま はるさめ じゃがいも ドレッシング でんぶん	牛乳 えび たまご ぶた肉 大豆 とり肉 厚揚げ	たまねぎ ビーマン パプリカ にんにく しょうが にんじん セロリ フロッコリー	751	30.7	
	インドネシア語で「ナシ(米)ゴレン(揚げる)」、「ソト(スープ)アヤム(鶏肉)」など食材と調理法を組み合わせた料理名になっています。										
	17	木	ホット中華めん	牛乳	もやしそば 手作りアメリカンドッグ ミニトマト	中華めん さとう なたね油 でんぶん 小麦粉 マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 ソーセージ	にんじん もやし ながねぎ たら にんにく しょうが トマト	787	31.8	
	18	金	ごはん	牛乳	呉汁 いわしのみぞれ煮 里芋の煮物	米 じゃがいも なたね油 さといも さとう	牛乳 ぶた肉 厚揚げ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう さやいんげん	813	33.1	
23	水	ごはん	牛乳	ピピンパ キムチとたまごのスープ いかなゲント	米 さとう なたね油 ごま ごま油 でんぶん 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 たまご いか たちうお	しょうが にんにく にんじん もやし ほうれんそう キムチ ながねぎ チンゲンサイ	826	33.3		
24	木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん さつまいもの天ぷら 切り干し大根とツナのごま和え	うどん さとう さつまいも 小麦粉 なたね油 ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ ツナ	にんじん たまねぎ ほうれんそう 切干大根 きゅうり	825	28.0		
25	金	ごはん	牛乳	肉じゃが 五目たまご焼き 磯香和え	米 じゃがいも さとう 植物油	牛乳 ぶた肉 厚揚げ たまご あおさ かつお節	たまねぎ にんじん ほうれんそう はくさい	800	27.2		
28	月	子供パン	牛乳	コーンポタージュ ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ	パン 小麦粉 ラード なたね油 じゃがいも マヨネーズ	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 ハム	たまねぎ とうもろこし パセリ エリンギ にんじん きゅうり	821	28.9		
29	火	ごはん	牛乳	まゆ玉汁 豚肉のゆず香和え オレンジ	米 白玉もち でんぶん なたね油 さとう	牛乳 みそ ぶた肉	だいこん にんじん ながねぎ ほうれんそう ゆず オレンジ	765	27.7		
30	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス フルーツのヨーグルト和え	米 小麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 大豆油 さとう	牛乳 ぶた肉 レバー ヨーグルト	たまねぎ にんじん しょうが にんにく もりんご 洋なし みかん	805	22.9		

・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。

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、所定の日にかまぐら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。