



令和4年
4月

♡毎月19日は食育の日です♡

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
(元郷センター日献立)

川口市マスコット「きゅぼらん」

※この献立表には、全ての食品の記載はありませんのでご了承ください。詳細は食品一覧表をご確認ください。

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)
12	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ こまつなごま和え お祝いいちごゼリー	うどん さとう 小麦粉 なたね油 ごま 植物油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼くわ あおさ 豆乳	にんじん たまねぎ ほうれんそう こまつな いちご	818	29.2
13	水	子供パン	牛乳	春キャベツのスープ ハンバーグデミグラスソース チーズポテト	パン なたね油 ラード じゃがいも バター	牛乳 ソーセージ とり肉 ベーコン チーズ	キャベツ にんじん こまつな たまねぎ エリンギ	746	29.4
14	木	ごはん	牛乳	若竹汁 鶏のから揚げ 野菜のうま煮	米 さとう でんぶ なたね油 さといも	牛乳 わかめ とり肉 ぶた肉	たけのこ たまねぎ ながねぎ ほうれんそう しょうが にんにく にんじん さやいんげん	744	25.8
15	金	ごはん	牛乳	厚揚げの中華煮 しゅうまい 中華サラダ	米 さとう でんぶ 小麦粉 小麦粉 ごま ごま油	牛乳 とり肉 厚揚げ みそ ぶた肉 ハム	にんじん たまねぎ たけのこ ほうれんそう もやし とうもろこし こまつな	744	28.7
18	月	黒パン	牛乳	ポークビーンズ オムレツ ツナサラダ	パン 黒とうじゃがいも さとう なたね油 でんぶ	牛乳 大豆 ぶた肉 たまご ツナ	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ	762	29.6
『味わおう！日本各地の郷土料理』：山形県									
19	火	ごはん	牛乳	芋煮 たらのごまみそ和え 枝豆サラダ	米 さといも さとう なたね油 でんぶ ごま マカロニドレッシング コーンフラワー	牛乳 牛肉 油揚げ たら みそ	にんじん ながねぎ ごぼう ぶなしめじ えだまめ キャベツ	789	28.3
芋煮は、里芋の他、肉、根菜、きのこなどが入った、山形県の代表的な郷土料理です。									
20	水	ごはん	牛乳	ハヤシライス シーフードサラダ 型抜きチーズ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう オリーブ油	牛乳 ぶた肉 えび いか チーズ	たまねぎ にんじん エリンギ キャベツ きゅうり ブロッコリー レモン にんにく	747	26.2
21	木	ホット中華めん	牛乳	豚骨ラーメン ぎょうざ オレンジ	中華めん なたね油 でんぶ ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 さつま揚げ	キャベツ ながねぎ にんじん しょうが にんにく きくらげ オレンジ	745	33.4
22	金	ごはん	牛乳	豚汁 さばの辛味焼き ひじきの煮物	米 なたね油 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ さば ひじき とり肉 大豆 さつま揚げ	にんじん ほうれんそう ながねぎ だいこん	766	31.3
25	月	ツイストパン	牛乳	春野菜のクリームスープ 豚肉のトマトソースがけ 花野菜のサラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう ドレッシング ごま	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ぶた肉 ハム	キャベツ たまねぎ にんじん アスパラガス にんにく ぶなしめじ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	825	32.4
26	火	ごはん	牛乳	じゃがいものカレーそば煮 厚焼たまご 煮浸し	米 じゃがいも さとう でんぶ なたね油 水あめ	牛乳 ぶた肉 厚揚げ たまご	たまねぎ にんじん さやいんげん ほうれんそう えのきたけ	755	28.6
27	水	ごはん	牛乳	春の香りごはん すまし汁 ぶりの竜田揚げ	米 なたね油 さとう でんぶ	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ わかめ かまぼこ ぶり	菜の花 たけのこ にんじん ほうれんそう えのきたけ しょうが	768	30.5
28	木	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ チキンナゲット ブロッコリー	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 大豆油 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 チーズ とり肉	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ パセリ トマト ブロッコリー	848	31.2

川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、まつたけ、やまいもは提供しません。

・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。

・アレルギー物質など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」をホームページにて公開しており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
4、5月分	5月31日(火)

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。



← 献立日誌のページ



食品一覧表のページ →

川口市公式LINE
学校給食についての
情報も配信します。
登録はこちらから

