



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
自校調理中学校

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	ごまみそうどん いかのねぎしょうがソース さくらゼリー	うどん ごま さとう でんぷん なたね油 水あめ	牛乳 とり肉 油揚げ みそ いか	だいこん にんじん ながねぎ ほうれんそう しいたけ ぶなしめじ しょうが さくらんぼ	806	31.6
13	水	ツイストパン	牛乳	春キャベツのスープ チキンナゲット ブロッコリー	パン なたね油 小麦粉 大豆油 ドレッシング	牛乳 とり肉	キャベツ にんじん ながねぎ ほうれんそう ブロッコリー	790	28.6
14	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス だいこんサラダ 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	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 だいこん キャベツ とうもろこし	806	26.5
15	金	ごはん	牛乳	じゃがいものみそ汁 鶏のから揚げ ごぼうサラダ	米 じゃがいも さとう でんぷん なたね油 ごま ドレッシング	牛乳 油揚げ みそ とり肉	たまねぎ ながねぎ ごまつな しょうが にんにく ごぼう にんじん とうもろこし	747	27.2
18	月	黒パン	牛乳	野菜のクリームスープ ミートボールのトマトソースがけ ほうれんそうとコーンのソテー	パン なたね油 ラード 小麦粉 オリーブ油 さとう でんぷん 黒とう	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく トマト ほうれんそう とうもろこし	752	28.1
19	火	ごはん	牛乳	トック入りスープ さばのヤンニョムカンジャンかけ もやしのナムル	米 トック なたね油 さとう ごま ごま油 ドレッシング でんぷん	牛乳 とり肉 わかめ さば	にんじん たまねぎ えのきたけ にんにく しょうが ながねぎ もやし ぶなしめじ	807	24.2
20	水	ごはん	牛乳	新たまねぎのみそ汁 彩りたまご焼き さけとじゃこのふりかけ	米 じゃがいも さとう ごま油 ごま 植物油	牛乳 油揚げ わかめ みそ たまご さけ ちりめんじゃこ	たまねぎ	756	26.3
21	木	蒸し中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 ブルーネ	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ	もやし にんじん ながねぎ キャベツ とうもろこし ブルーネ	810	24.6
22	金	ごはん	牛乳	呉汁 いわしのみぞれ煮 きんぴられんこん	米 じゃがいも なたね油 ごま さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ いわし さつま揚げ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ れんこん	775	29.6
25	月	子供パン	牛乳	マカロニスープ 花豆コロッケ コーンサラダ	パン マカロニ なたね油 パン粉 じゃがいも ドレッシング	牛乳 ベーコン わかめ 白花豆	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう とうもろこし	780	24.2
今年度のテーマは『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月は『山形県』									
26	火	茶めし	牛乳	芋煮 枝豆 洋なしゼリー	米 さといも さとう 水あめ	牛乳 牛肉 油揚げ	にんじん ながねぎ ごぼう ぶなしめじ えだまめ 洋なし	747	24.4
『芋煮』は山形県の郷土料理で、たくさんの里芋と牛肉などを煮込みます。だだちや豆という枝豆やラ・フランスなどの洋なしは、山形県の特産品です。									
27	水	ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 あじ塩竜田揚げ 春の香り炒め	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぷん	牛乳 油揚げ みそ あじ とり肉	キャベツ たまねぎ いんげん 葉の花 にんにく たけのこ ふきにんじん	747	27.4
28	木	ゆで スパゲティ	牛乳	スパゲティポローニャソース ウインナー 彩りポテトサラダ	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード でんぷん さとう じゃがいも 大豆油	牛乳 ぶた肉 ソーセージ	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく えだまめ	834	32.2

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。

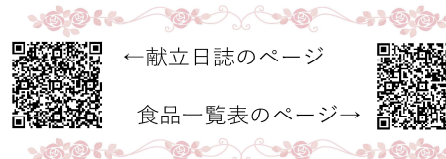
おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いします。

・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
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日座へ必ずご入金をお願いいたします。



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