



令和4年
5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A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、献立日誌をご確認ください。

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)
2	月	ツイストパン	牛乳	押麦入り野菜スープ 肉団子とペンネのトマト煮 ピーチゼリー	パン じゃがいも 大麦 オリーブ油 マカロニ さとう でんぷん 粉あめ	牛乳 ソーセージ とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ セロリー キャベツ エリンギ にんにく トマト もも	749	24.5
6	金	ごはん	牛乳	たけのこごはん すまし汁 いわしの梅醤油煮	米 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ かまぼこ わかめ いわし	たけのこ にんじん えのきたけ ほうれんそう うめ	748	29.7
9	月	黒パン	牛乳	キャベツとウインナーのスープ ポークストロガノフ スパイシーポテト	パン なたね油 生クリーム 小麦粉 じゃがいも 黒とう	牛乳 ソーセージ ぶた肉	たまねぎ キャベツ にんじん にんにく ぶなしめじ トマト	775	25.4
10	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 でんぷん ごま油 さとう なたね油 ラー油 小麦粉	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 もやし ほうれんそう	766	30.4
『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月の郷土料理：北海道									
11	水	ごはん	牛乳	豚井 いも団子汁 マカロニサラダ	米 なたね油 さとう でんぷん じゃがいも マカロニ マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 とり肉	しょうが たまねぎ だいこん にんじん ながねぎ こまつな キャベツ とうもろこし	755	29.1
豚井は、甘辛いたれにつけた豚肉を香ばしく焼いてごはんにのせた、北海道十勝地方の郷土料理です。									
12	木	地粉うどん	牛乳	鶏ねぎうどん 笹かまぼこの磯辺揚げ 大根とじゃこのサラダ	うどん 小麦粉 なたね油 ドレッシング	牛乳 とり肉 油揚げ なると ささかまぼこ あおさ わかめ ちりめんじゃこ	ながねぎ にんじん こまつな キャベツ だいこん	749	34.1
13	金	ごはん	牛乳	じぶ煮 五目たまご焼き 小松菜のお浸し	米 焼きふ さとう でんぷん なたね油 植物油	牛乳 とり肉 たまご	だいこん にんじん ほうれんそう しいたけ ながねぎ こまつな えのきたけ	787	28.6
16	月	さきたまライス ボール	牛乳	ニョッキのクリームスープ ソーセージチャップソース オレンジ	パン 米粉 ニョッキ 小麦粉 ラード さとう でんぷん	牛乳 とり肉 ソーセージ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ オレンジ	749	30.2
17	火	ごはん	牛乳	さつまい かれいの甘酢あんかけ にんじんしりしり	米 さつまいも なたね油 さとう でんぷん	牛乳 とり肉 とうふ みそ かれい ツナ	だいこん にんじん ごぼう しょうが	755	30.8
18	水	ごはん	牛乳	せんべい汁 鶏肉のねぎみそ焼き ひじきの煮物	米 せんべい さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ とり肉 みそ ひじき 大豆 さつま揚げ	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな ながねぎ さやいんげん	781	31.4
19	木	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん フルーツ杏仁	中華めん ごま なたね油 さとう ラー油 水あめ あんりん	牛乳 ぶた肉 みそ 練乳 乳製品	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 もも りんご 洋なし みかん	745	27.7
20	金	ごはん	牛乳	トック入りスープ スタミナ焼肉	米 トック なたね油 でんぷん さとう ごま	牛乳 とり肉 わかめ うずら卵 ぶた肉 みそ	えのきたけ しいたけ いら にんじん ながねぎ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ	756	31.9
23	月	バターロール	牛乳	マカロニスー 白身魚の香草フライ コーンサラダ	パン マカロニ なたね油 さとう パン粉	牛乳 とり肉 ほき	たまねぎ にんじん バジル えのきたけ こまつな キャベツ とうもろこし	771	26.9
24	火	ごはん	牛乳	のっぺい汁 みそかつ 切干大根の煮物	米 さといも でんぷん なたね油 さとう ごま パン粉	牛乳 焼ちくわ ぶた肉 みそ さつま揚げ	だいこん にんじん ながねぎ ほうれんそう 切干大根	817	26.0
25	水	麦ごはん	牛乳	チキンカレー 野菜ソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 大豆油 小麦粉 パーム油 さとう	牛乳 とり肉 レバー ソーセージ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう	789	23.0
26	木	ソフトめん	牛乳	ミートソースパグティ 花野菜のサラダ	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 ドレッシング ごま 大豆油	牛乳 ぶた肉 チーズ	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 キャベツ とうもろこし	750	30.2
27	金	ごはん	牛乳	けんちん汁 さけのマヨネーズ焼き こんにゃくの炒め煮	米 さといも マヨネーズ なたね油 さとう	牛乳 とうふ 油揚げ さけ みそ ぶた肉	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ さやいんげん	748	32.2
30	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 ベーコンと野菜のソテー	パン 小麦粉 ラード なたね油 コーンスターチ	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉	たまねぎ とうもろこし パセリ エリンギ さやいんげん にんじん	782	29.6
31	火	ごはん	牛乳	春キャベツのみそ汁 かつおの立田揚げ わかめともやしのごま油炒め	米 じゃがいも なたね油 ごま ごま油 でんぷん	牛乳 油揚げ みそ かつお ハム わかめ	キャベツ たまねぎ ぶなしめじ ながねぎ もやし にんじん しょうが	771	33.1

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まい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

