



♡毎月19日は食育の日です♡

令和4年
7月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
自校調理小学校

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、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)
1	金	子供パン	牛乳	スパゲティミートソース ソーセージとキャベツのスープ	パン スパゲティ オリーブ油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 チーズ ソーセージ	たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム しょうが にんにく トマト キャベツ パセリ	595	22.3
4	月	ごはん	牛乳	スタミナ焼き肉 わんたんスープ	米 なたね油 さとう ごま わんたん	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎにら しょうが にんにく たまねぎ もやし ほうれんそう	584	24.8
5	火	地粉うどん	牛乳	沖縄そば グルクンの立田揚げ すいか	うどん なたね油 でんぶ	牛乳 ぶた肉 かまぼこ グルクン	にんじん キャベツ もやし たまねぎ しょうが こねぎ すいか	629	28.1
6	水	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん 夏野菜のみそ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 凍り豆腐 とり肉 油揚げ みそ	にんじん ながねぎしいたけ たまねぎ さやいんげん なす かぼちゃ	544	24.6
7	木	チキンピラフ	牛乳	星型コロッケ 米粉めん入り野菜スープ	米 なたね油 バター じゃがいも パン粉 米粉めん	牛乳 とり肉 ベーコン かまぼこ	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ	604	23.1
8	金	ツイストパン	牛乳	ほきのバジル揚げ ミネストローヤ	パン なたね油 パン粉 じゃがいも マカロニ さとう	牛乳 ほき ベーコン	バジル たまねぎ にんじん セロリー にがり トマト にんにく	545	20.9
11	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 フルーツカクテル	米 なたね油 さとう でんぶ ラー油 ごま油	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ 寒天	にんじん ながねぎ にんにく しいたけ もりりんご ぶどう レモン	586	20.9
12	火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん えだまめのかき揚げ	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 なたね油 たまご	ながねぎ しいたけ こまつな えだまめ たまねぎ とうもろこし にんじん	574	21.0
13	水	キムチ チャーハン	牛乳	春雨スープ 冷凍みかん	米 なたね油 ごま油 植物油 でんぶ はるさめ	牛乳 とり肉 たまご ベーコン	にんじん キムチ ピーマン たまねぎ もやし ながねぎ こまつな みかん	531	20.9
14	木	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレー もやしとコーンのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん トマト ピーマン しょうが にんにく なす もやし とうもろこし	594	21.4
15	金	はちみつパン	牛乳	ポークのブラウンソース煮 野菜スープ ◎シューアイス (代替食: アセロラゼリー)	パン はちみつ なたね油 ショートニング (さとう 水あめ)	牛乳 ぶた肉 ベーコン 練乳 たまご	たまねぎ マッシュルーム にんじん キャベツ とうもろこし (アセロラ)	611	27.2

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。

- ・天候等の影響により、食材の産地や食材料が変更とな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。
- ・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。
- ・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
7月分	8月1日(月)
9月分	8月31日(水)

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

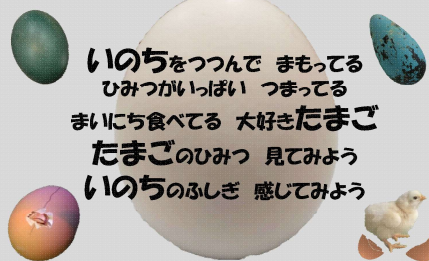
食品一覧表のページ →



川口市立科学館 夏休み前の7月はこのイベント!
令和4年度 特別展

たまご展

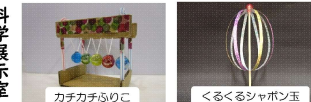
～命をつつむカサセル～ ～7/10(日)まで



科学の海にとびこもう!

サイエンスサマーフェス2022

1階 科学展示室
火・木・土曜日 工作教室「わくわくワーク」

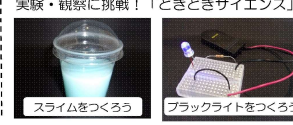


3階 プラネタリウム
★一般投影「マジックグローブ 季節の物語」
「プラネタリウムで チョちゃんに叱られる!」
★キッズアワー「夏の星座とさそり座」



夏休みになったらこちら!
夏休み中は、イベント・プラネタリウム投影を毎日開催!
いつでも科学を楽しめます! (月曜日休館)

水・金・日曜日・祝日
実験・観察に挑戦! 「どきどきサイエンス」



※どちらのイベントもテーマは毎週かわるよ!



(詳しくはこちらから)

川口市立科学館
Kawaguchi Science Museum
川口市上青木3-12-18
SKIPシティ内
電話: 048-262-8431
http://www.kawaguchi-science.museum