



♡毎月19日は食育の日です♡

令和4年
9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)
2	金	バターロール	牛乳	ほきのバジル揚げ ベーコンスープ	パン なたね油 パン粉	牛乳 ほき ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ にら バジル	561	20.8
5	月	カレーピラフ	牛乳	ポイルウィンナー たまごとレタスとトマトのスープ	米 なたね油 じゃがいも	牛乳 とり肉 ソーセージ ベーコン たまご	たまねぎ にんじん ピーマン トマトレタス	576	21.6
6	火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん かじきとポテトのごまあえ	うどん なたね油 じゃがいも さとう ごま でんぶん	牛乳 とり肉 なたね油 かじき	ながねぎ しいたけ こまつな	597	26.0
7	水	ごはん	牛乳	豚丼 とうがんのみそ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ	たまねぎ しょうが とうがん にんじん さやいんげん	603	28.2
8	木	キムチ チャーハン	牛乳	トック	米 なたね油 ごま油 トック 植物油 でんぶん	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉	にんじん キムチ ピーマン キャベツ しいたけ みつば	561	20.9
9	金	はちみつパン	牛乳	うさぎのハンバーグステーキ ソーセージとキャベツのスープ お月見ゼリー	パン はちみつ なたね油 さとう ラード 水あめ 大豆油	牛乳 とり肉 大豆 ソーセージ	たまねぎ にんにく にんじん キャベツ パセリ みかん	577	20.1
12	月	ごはん	牛乳	ジャージャーうどん わかめスープ	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油	牛乳 厚揚げ ぶた肉 みそ わかめ	にんじん たけのこ ながねぎ しょうが にんにく しいたけ ほうれんそう	564	22.7
13	火	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン さつまいもと大豆のかりんとう	中華めん なたね油 バター さつまいも さとう 黒とう	牛乳 ぶた肉 わかめ 大豆	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし	605	21.7
14	水	とりごぼう ピラフ	牛乳	ニョッキの豆乳クリームスープ	米 なたね油 オリーブ油 小麦粉 ニョッキ	牛乳 とり肉 ぶた肉 豆乳	ごぼう たまねぎ にんじん パセリ	554	19.3
15	木	ごはん	牛乳	さんまの塩焼き ひじきの煮物 なめこ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 さんま ひじき 油揚げ とうふ みそ	にんじん なめこ ながねぎ	577	27.2
16	金	コッペパン	牛乳	揚げパン(グラニュー糖) ポークビーンズ	パン なたね油 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム	584	24.5
20	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ 焼くわ あおさ	にんじん ながねぎ しいたけ ほうれんそう	638	26.0
21	水	ごはん	牛乳	とりのさつぱり煮 春雨スープ	米 さとう でんぶん はるさめ	牛乳 とり肉 とうもろこし ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし ながねぎ こまつな	560	27.5
22	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス フルーツカクテル	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 寒天	たまねぎ にんじん しょうが にんにく もりりんご ナタデココ ぶどう レモン	622	19.6
26	月	きのこごはん	牛乳	にぎすの米粉揚げ けんちん汁	米 なたね油 さとも 米粉	牛乳 とり肉 にぎす とうふ あおさ	にんじん ぶなしめじ えのきたけ しいたけ だいこん ごぼう ながねぎ	553	23.7
27	火	ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン ポークしゅうまい ブルー	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが しいたけ ほうれんそう ブルー	557	26.3
28	水	チキンピラフ	牛乳	マカロニのクリームスープ	米 なたね油 オリーブ油 マカロニ 小麦粉 ラード	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	556	23.1
29	木	ごはん	牛乳	メンチかつ もやしのおかか炒め みそ汁	米 なたね油 じゃがいも パン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ わかめ みそ かつお節	もやし ながねぎ	613	25.4
30	金	子供パン	牛乳	ポテトのミートソースかけ ヌードルスープ	パン じゃがいも なたね油 でんぶん 米粉めん	牛乳 ぶた肉 ベーコン	たまねぎ にんじん しょうが マッシュルーム トマト もやし にんにく ながねぎ こまつな	581	22.4

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、非加熱卵を使用している調味料類(マヨネーズ、タルタルソース、ドレッシング類)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。

・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
10月分	9月30日(金)
11月分	10月31日(月)

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

