



令和4年
9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
センター調理小学校
(新郷・南平センター献立)

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	金	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン ぎょうざ 中華サラダ	中華めん ごま油 なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん もやし ながねぎ チンゲンサイ キャベツ とうもろこし	585	21.9	
5	月	ごはん	牛乳	ブルコギトッパ トック入りスープ ミニトマト	米 ごま油 さとう でんぶん ごまトック なたね油	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン エリンギ えのきたけ トマト	587	19.9	
6	火	ごはん	牛乳	さんまの蒲焼き丼 肉だんご汁 温野菜サラダ	米 なたね油 ごま さとう ドレッシング でんぶん	牛乳 さんま とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ ほうれんそう キャベツ とうもろこし	651	22.0	
7	水	クロワッサン	牛乳	オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース さつまいものミルク煮	パン オリーブ油 なたね油 さつまいも さとう バター ラード 大豆油	牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ エリンギ パセリ	587	19.9	
8	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス 海藻サラダ オレンジ	米 麦じゃがいも なたね油 ラード 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ こんぶ ふのり	にんじん たまねぎ しょうが にんにく だいこん とうもろこし オレンジ	597	19.1	
9	金	地粉うどん	牛乳	豚肉となすのみそうどん ごぼうの甘辛揚げ 月見ゼリー	うどん なたね油 さとう でんぶん ごま	牛乳 ぶた肉 みそ	なす にんじん ぶどうりんご ながねぎ しょうが しいたけ チンゲンサイ ごぼう たまねぎ	623	18.8	
12	月	ごはん	牛乳	かきたま汁 スタミナ焼肉 青のりの粉ふきいも	米 でんぶん なたね油 さとう ごま じゃがいも	牛乳 たまご ぶた肉 みそ あおさ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ながねぎ いら しょうが にんにく	622	23.7	
13	火	ごはん	牛乳	四川豆腐 切り干し大根のサラダ ブルー	米 さとう でんぶん ごま油 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 とうふ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく しいたけ 切干大根 もやし ブルー	591	21.1	
14	水	子供パン スライス	牛乳	ABCマカロニのスープ さばのカレー揚げ キャベツサラダ	パン マカロニ なたね油 ドレッシング でんぶん ごま	牛乳 ベーコン さば	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう キャベツ しょうが	614	23.1	
15	木	ごはん	牛乳	豆腐のみそ汁 白ごまつくねしょうがだれ さけとじやこのふりかけ	米 さとう でんぶん なたね油 ごま 米油	牛乳 とうふ 油揚げ わかめ みそ とり肉 さけ ちりめんじゃこ	たまねぎ ながねぎ しょうが	617	25.8	
16	金	ソフトめん	牛乳	スパゲティポロニヤソース スパイシーポテト りんご	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード でんぶん じゃがいも なたね油 さとう 大豆油	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく りんご	663	22.4	
20	火	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 けんちん汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう さといも ごま油	牛乳 ぶた肉 油揚げ とうふ いわし	にんじん さやえんどう だいこん ごぼう ながねぎ しょうが	661	27.5	
21	水	黒パン	牛乳	パンプキンポターージュ ウインナーの香草揚げ 枝豆のサラダ	パン 黒とう なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 ベーコン ソーセージ 脱脂粉乳	たまねぎ かぼちゃ えだまめ にんじん もやし バジル	654	23.9	
22	木	ごはん	牛乳	さつまい 厚焼たまご ひじきツナ炒め	米 さつまいも さとう ごま でんぶん	牛乳 とり肉 とうふ みそ たまご ツナ ひじき	だいこん にんじん	615	23.2	
26	月	ごはん	牛乳	かみなり汁 豚肉のねぎしょうがソース かぼちゃの甘辛揚げ	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とうふ ぶた肉	にんじん たまねぎ ながねぎ しいたけ ほうれんそう しょうが かぼちゃ	695	24.8	
27	火	ごはん	牛乳	冬瓜汁 鶏肉のごま照り焼き ごぼうサラダ	米 でんぶん さとう ごま ドレッシング	牛乳 油揚げ とり肉	とうがん にんじん ながねぎ こまつな しょうが ごぼう えだまめ とうもろこし	601	23.7	
28	水	バターロール	牛乳	キャベツと肉団子のスープ 白身魚のレモン風味 ぶどう	パン はるさめ なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 ほき ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう レモン ぶどう	586	25.0	
29	木	ごはん	牛乳	今年度のテーマ「味わおう！日本各地の郷土料理」 今月は「長野県」					602	27.4
				きのこのそぼろ汁 山賊焼 野沢菜ふりかけ	米 なたね油 でんぶん ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉 とり肉 ちりめんじゃこ	しょうが だいこん にんじん ぶなしめじ えのきたけ まいたけ こまつな ながねぎ にんにく のぎわな			
『きのこのそぼろ汁』は、長野県で多くとれるきのこ類をたくさん使った汁物です。『山賊焼』は、にんにくを下味に利かせ、衣をつけて揚げた鶏料理です。										
30	金	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン パオズ オレンジ	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん キャベツ たまねぎ とうもろこし しょうが オレンジ にんにく ほうれんそう	590	26.1	

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、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

