



令和5年
2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
(元郷センターB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)
1	水	はちみつパン	牛乳	ポトフ ハムカレーロール ツナサラダ	パン はちみつ じゃがいも パン粉 なたね油 さとう	牛乳 ソーセージツナ ハム	にんじん はくさい だいこん たまねぎ キャベツ	627	21.5
2	木	バターロール	牛乳	白菜と肉団子のスープ 豆乳かぼちゃグラタン コーンソテー	パン でんぶん ショートニング 米粉 じゃがいも なたね油	牛乳 とり肉 ぶた肉 豆乳 ハム	はくさい たまねぎ にんじん かぼちゃ とうもろこし ほうれんそう	605	20.0
3	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどん いわしフライ 切り干し大根の煮物 福豆	うどん さとう なたね油 じゃがいも でんぶん	牛乳 油揚げ ぶた肉 かまぼこいわし さつま揚げ 大豆	にんじん たまねぎ ほうれんそう 切干大根 えだまめ	693	29.7
6	月	ごはん	牛乳	肉じゃが さけの西京焼き 小松菜のおかか和え	米 じゃがいも さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 さけ みそ かつお節	たまねぎ にんじん はくさい こまつな えのきたけ	592	29.9
7	火	ごはん	牛乳	呉汁 ほっけの竜田揚げ こんにゃくの炒め煮	米 じゃがいも なたね油 でんぶん さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ ほっけ	ごぼう にんじん だいこん しょうが さやえんどう	647	28.0
8	水	黒パン	牛乳	ミネストローネ コーンフライ りんご	パン 黒とう じゃがいも さとう マカロニ なたね油 小麦粉 パン粉	牛乳 ベーコン いんげん豆	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく とうもろこし りんご	608	18.7
9	木	ごはん	牛乳	みぞれ汁 豚肉のねぎみそ焼き きんぴらごぼう	米 でんぶん さとう なたね油 ごま	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ だいこん ほうれんそう ごぼう	641	25.4
10	金	たんたんめんは戸塚綾瀬小学校のリクエストです。 ホット中華めん	牛乳	たんたんめん 揚げしゅうまい みかん	中華めん ごま なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	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 たまねぎ みかん	667	27.6
13	月	茶めし	牛乳	おでん かぼちゃのそぼろあん ミニトマト	米 じゃがいも さとう なたね油 でんぶん	牛乳 こんぶ 焼くわ がんもどき ずら卵 とり肉	だいこん かぼちゃ たまねぎ えだまめ しょうが トマト	675	22.2
14	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス 花野菜のサラダ 米粉のガトーショコラ	米 じゃがいも 小麦粉 ラード さとう なたね油 ドレッシング 米粉 ココア	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん ブロッコリー カリフラワー	669	20.1
15	水	コーヒー飲料は芝穂ノ爪小学校のリクエストです。 子供パン	牛乳 コーヒー飲料	ラビオリスープ ハンバーグデミグラスソース シーフードサラダ	パン さとう 小麦粉 パン粉 ラード なたね油 オリーブ油	牛乳 ぶた肉 とり肉 えび いか	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう エリンギ キャベツ きゅうり パプリカ	624	25.9
16	木	ごはん	牛乳	ビビンバ わかめスープ 鶏肉の韓国風照り焼き	米 さとう なたね油 ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉 みそ わかめ なると とり肉	しょうが にんにく にんじん もやし ほうれんそう たまねぎ だいこん ながねぎ	614	28.9
17	金	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ 焼ウインナー 彩りソテー	ソフトめん 大豆油 オリーブ油 小麦粉 ラード さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 レバー ソーセージ ベーコン	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ パプリカ	687	28.3
20	月	ごはん	牛乳	だぶ さばのみそ煮 がめ煮	米 ふ なたね油 でんぶん さとう さいとも	牛乳 とうふ さば みそ とり肉 焼くわ	だいこん にんじん たまねぎ しいたけ しょうが ごぼう さいいんげん	686	26.6
だぶは水をたくさん入れてさぶさぶ煮て作る汁で冠婚葬祭の時に振る舞う料理です。慶事では材料を四角に吊事では三角に切ります。									
21	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 ぎょうざ 野菜炒め	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ ハム	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ キャベツ もやし	696	27.6
22	水	マーブル食パン	牛乳	パンキンポタージュ ポークソテーマトソース ほうれん草のソテー	パン ココア 小麦粉 ラード なたね油 さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ぶた肉	たまねぎ かぼちゃ にんにく ぶなしめじ ほうれんそう エリンギ とうもろこし	636	27.3
24	金	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ いちご	うどん さいとも さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ 焼くわ あおさ	ながねぎ にんじん ごぼう いちご	619	24.7
27	月	ごはん	牛乳	とん汁 たらのごまみそ和え 白菜の煮浸し	米 さいとも でんぶん コーンフラワー なたね油 さとう ごま	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ たら 油揚げ	にんじん だいこん ながねぎ はくさい	656	29.2
28	火	キャロットピラフ	牛乳	鶏肉のクリーム煮 コーンスローサラダ マスカットゼリー	米 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん とうもろこし たまねぎ キャベツ ぶどう	659	20.0

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をお願いします。

・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
3月分	2月28日(火)

・口座へのご入金は、振替前日までお願いいたします。
・給食の提供を希望しない場合は、学校を通じて学校給食
休止申請書を提出してください。
詳しくは、学校にお問合せください。



← 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

