



令和5年
3月

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)
1	水	ごはん	牛乳	けんちん汁 豚肉のねぎみそ焼き こんにやくの炒め煮	米 さといも さとう なたね油	牛乳 とうふ 油揚げ ぶた肉 みそ とり肉	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ さやえんどう	785	29.5
2	木	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ぎょうざ ミニトマト	中華めん ごま なたね油 さとう ラー油 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 キャベツ トマト	779	30.2
3	金	酢めし	牛乳	ひな寿司 すまし汁 さわらの西京焼き 三色ひし形ゼリー	米 植物油 さとう なたね油 水 あめ 粉 あめ	牛乳 とり肉 えび たまご さとう かまぼこ さわら みそ	にんじん たけのこ さやえんどう だいこん ほうれんそう ながねぎ	785	31.9
6	月	さきたまライス ボール	牛乳	コーンポタージュ 鶏肉のレモン風味 ポテトサラダ	パン 米粉 コーンスターチ 小麦粉 ラード なたね油 でんぶん さとう じゃがいも マヨネーズ	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 ハム	たまねぎ とうもろこし パセリ レモン にんじん きゅうり	834	32.4
7	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 小松菜のナムル	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	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ こまつな もやし	761	30.3
8	水	ごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 和風おろしハンバーグ 五目きんぴら	米 ごま ラード なたね油 さとう でんぶん	牛乳 油揚げ みそ とり肉 さつま揚げ	切干大根 にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな だいこん ごぼう しいたけ ほうれんそう	780	29.3
9	木	地粉うどん	牛乳	菜の花うどん いかの石垣揚げ いんげんのツナごま和え	うどん さとう 小麦粉 ごま なたね油	牛乳 とり肉 かまぼこ 油揚げ いか ツナ	菜の花 にんじん たまねぎ さやいんげん	767	35.6
『味わおう！日本各地の郷土料理』今月の郷土料理：富山県									
10	金	ごはん	牛乳	団子汁 ぶりの照り焼き よごし	米 もち ごま さとう ごま油	牛乳 とり肉 油揚げ ぶり みそ	ほうれんそう だいこん にんじん ぶなしめじ ながねぎ こまつな じゃがいも	773	27.7
「よごし」とはゆでた野菜を細かく刻んでみそと炒めた料理です。夜に作り置きをして朝に食べることから「夜越し」からよごしとなったそうです。									
13	月	バターロール	牛乳 コーヒー飲料	オニオンスープ ラザニア ブロッコリーと根菜のサラダ	パン オリーブ油 ごまドレッシング さとう ラザニア	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ パセリ ブロッコリー だいこん	749	24.2
14	火	麦ごはん	牛乳	カレーライス ほうれん草とコーンのソテー 米粉のいちごケーキ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 パーム油 さとう なたね油 米粉	牛乳 ぶた肉 レバー ベーコン 豆乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう とうもろこし いちご	889	25.6
16	木	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ 白身魚の香草フライ デコボン	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 パン粉	牛乳 ぶた肉 ほき	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト パセリ デコボン(しらめい)	877	34.2
17	金	ごはん	牛乳	じぶ煮 あじのさんが焼き 磯香和え	米 焼きふ さとう でんぶん ラード なたね油	牛乳 とり肉 あじ のり	だいこん にんじん しいたけ ほうれんそう ながねぎ たまねぎ こまつな ほうき	773	33.8
20	月	黒パン	牛乳	野菜スープ 鶏肉のピザ風焼き フレンチサラダ	パン 黒とう じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 ベーコン とり肉 チーズ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし	775	31.3

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、学校をとと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。

保護者の皆様へ 学校給食費改定に関するお知らせ

- 食材価格の高騰により、令和5年4月から学校給食費を改定いたしますが、改定分は市が負担することで、保護者の皆様の負担額は変わりません。
- 保護者負担額に関しては、令和5年度予算成立後に正式決定となります。

	現在の学校給食費		改定後の学校給食費		令和5年度保護者負担 学校給食費(予定)	
	1食あたり	月額	1食あたり	月額	1食あたり	月額
小学校	238円	3,895円	273円 (+35円)	4,467円 (+572円)	238円 (±0円)	3,895円 (±0円)
中学校	279円	4,565円	324円 (+45円)	5,302円 (+737円)	279円 (±0円)	4,565円 (±0円)

← 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

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、振替前日までをお願いいたします。
・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。