



令和5年  
3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  
自校調理中学校

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  | 水 | 酢めし            | 牛乳               | ひな寿司<br>菜の花のすまし汁<br>白ごまつくね<br>三色ひし形ゼリー                  | 米 なたね油 さとう 水あめ<br>でんぶん 粉あめ ごま<br>水あめ 植物油                  | 牛乳 とり肉 えび たまご<br>とうふ                | にんじん さやえんどう<br>えのきたけ ながねぎ<br>菜の花 ほうれんそう<br>たまねぎ        | 873          | 30.1     |
| 2  | 木 | 蒸し中華めん         | 牛乳               | 五目わんたんめん<br>かじきのサイコロ揚げ<br>清見オレンジ                        | 中華めん でんぶん 小麦粉<br>なたね油 さとう ごま油                             | 牛乳 ぶた肉 とり肉 かじき                      | にんじん もやし ながねぎ<br>こまつな たまねぎ オレンジ                        | 773          | 35.8     |
| 3  | 金 | ごはん            | 牛乳               | 春野菜のみそ汁<br>豚肉のしょうが風味揚げ<br>こんにゃくの炒め煮                     | 米 じゃがいも なたね油<br>さとう でんぶん                                  | 牛乳 油揚げ みそ ぶた肉<br>とり肉                | キャベツ たまねぎ しょうが<br>さやえんどう さやいんげん<br>にんじん                | 845          | 28.4     |
| 6  | 月 | メロンパン          | 牛乳               | かぶのクリーム煮<br>ミートボールのトマトソースがけ<br>花野菜サラダ                   | パン なたね油 小麦粉<br>オリーブ油 ラード さとう<br>でんぶん ドレッシング               | 牛乳 とり肉 いんげん豆<br>脱脂粉乳 ぶた肉            | にんじん たまねぎ ぶなしめじ<br>かぶ にんにく トマト<br>ブロッコリー カリフラワー        | 791          | 27.9     |
| 今年度のテーマは『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月は『愛知県』  |   |                |                  |   |   |                                     |  |              |          |
| 7  | 火 | ごはん            | 牛乳               | 八杯汁<br>ひきずり<br>◎ いがまんじゅう<br>(代替食・いちごのジュレ)               | 米 さとも 蕪 なたね油<br>さとう でんぶん もち米<br>小麦粉 (さとう)                 | 牛乳 とうふ 油揚げ とり肉<br>かまぼこ 小豆           | にんじん ながねぎ しいたけ<br>はくさい (いちご)<br>(クランベリー)               | 785          | 27.3     |
| 『八杯汁』は、精進料理です。一丁の豆腐で8人分作れるから、または、あまりにもおいしくてたくさん(八杯)お代わりしてしまうことからこの名前が付けました。<br>『ひきずり』は、すき焼きのことを言います。愛知県では、名古屋コーチンなどの鶏の飼育が盛んなため、牛肉の代わりに、鶏肉が使われます。 |   |                |                  |   |   |                                     |  |              |          |
| 8  | 水 | ごはん            | 牛乳               | 親子丼<br>呉汁<br>ミニトマト<br>乳酸菌飲料                             | 米 さとう なたね油 植物油<br>でんぶん じゃがいも                              | 牛乳 とり肉 ぶた肉 大豆<br>油揚げ たまご 脱脂粉乳<br>みそ | たまねぎ にんじん だいこん<br>ながねぎ トマト                             | 755          | 27.3     |
| 9  | 木 | 地粉うどん          | 牛乳               | きつねうどん<br>花豆コロッケ<br>だいこんサラダ                             | うどん さとう パン粉<br>なたね油 ドレッシング<br>小麦粉                         | 牛乳 ぶた肉 油揚げ<br>白花豆                   | にんじん たまねぎ ながねぎ<br>ほうれんそう だいこん<br>キャベツ とうもろこし           | 824          | 29.1     |
| 10   | 金 | わかめごはん         | 牛乳               | 根菜汁<br>和風ハンバーグ<br>厚揚げの煮物                                | 米 さとう でんぶん ラード  | 牛乳 さつま揚げ みそ<br>とり肉 厚揚げ ぶた肉<br>わかめ   | だいこん にんじん ごぼう<br>れんこん ながねぎ しいたけ<br>ぶなしめじ たまねぎ          | 771          | 28.5     |
| 13   | 月 | さきたまライス<br>ボール | 牛乳<br>コーヒー<br>飲料 | マカロニスープ<br>白身魚の香草フライ<br>枝豆のサラダ                          | パン 米粉 マカロニ パン粉<br>なたね油 ドレッシング<br>さとう                      | 牛乳 ソーセージ ほき                         | にんじん たまねぎ キャベツ<br>とうもろこし ほうれんそう<br>えだまめ もやし パジル        | 772          | 30.9     |
| 14   | 火 | 麦ごはん           | 牛乳               | ビーフカレーライス<br>温野菜サラダ<br>米粉のお祝いケーキ                        | 米 麦 じゃがいも 小麦粉<br>ラード なたね油 さとう 米粉<br>ドレッシング ごま             | 牛乳 牛肉 豆乳 わかめ                        | たまねぎ にんじん しょうが<br>にんにく キャベツ とうもろこし                     | 890          | 23.6     |
| 16   | 木 | ゆで<br>スパゲティ    | 牛乳               | ごぼうにやみートソーススパゲティ<br>コーンフライ<br>デコボン                      | スパゲティ さとう 小麦粉<br>でんぶん なたね油 パン粉<br>オリーブ油                   | 牛乳 ぶた肉                              | しょうが にんにく たまねぎ<br>パセリ ごぼう にんじん トマト<br>エリンギ デコボン とうもろこし | 801          | 27.8     |
| 17   | 金 | ごはん            | 牛乳               | ごまみそ汁<br>さばの辛味焼き<br>小松菜のサラダ                             | 米 じゃがいも ごま さとう<br>ドレッシング                                  | 牛乳 大豆 みそ さば                         | にんじん だいこん ながねぎ<br>ほうれんそう こまつな もやし<br>しょうが              | 784          | 28.3     |
| 20   | 月 | ツイストパン         | 牛乳               | 春野菜のコンソメスープ<br>鶏肉のこんがりチーズパン粉揚げ<br>彩りポテトサラダ<br>お祝いいちごゼリー | パン オリーブ油 じゃがいも<br>さとう 植物油 パン粉<br>なたね油 マヨネーズ<br>コーンリッツ 水あめ | 牛乳 ベーコン とり肉<br>チーズ 豆乳               | たまねぎ にんじん キャベツ<br>アスパラガス パセリ<br>えだまめ いちご               | 865          | 31.0     |

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生徒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。

## 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。



← 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



|     | 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<br>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<br>(+35円) | 4,467円<br>(+572円) | 238円<br>(±0円)           | 3,895円<br>(±0円) |
| 中学校 | 279円     | 4,565円 | 324円<br>(+45円) | 5,302円<br>(+737円) | 279円<br>(±0円)           | 4,565円<br>(±0円) |

| 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、振替前日までにお願いたします。
- ・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。