



令和5年
4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)
12	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ さくらゼリー	米 麦じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング ごま 水あめ さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ だいこん さくらんぼ	773	23.8
13	木	蒸し中華めん	牛乳	五目ラーメン 春巻 ブロッコリー もも	中華めん でんぶん なたね油 ドレッシング 小麦粉 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉	にんじん もやし ながねぎ ほうれんそう ブロッコリー もも	836	28.3
14	金	ごはん	牛乳	豆腐とかまぼこのすまし汁 白ごまつくね ふきのピリ辛炒め	米 でんぶん さとう なたね油 ごま	牛乳 かまぼこ とうふ とり肉 牛肉 わかめ	にんじん ほうれんそう ふき れんこん たまねぎ	769	29.2
17	月	ごはん	牛乳	たけのこごはん 新じゃがと豚肉のみそ汁 いかの竜田揚げ	米 さとう なたね油 じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉 みそ いか	たけのこ にんじん さやえんどう たまねぎ ながねぎ しょうが	756	29.8
18	火	メロンパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ クリスマスチキン 小松菜のサラダ	パン なたね油 ドレッシング コーンフラワー パン粉 でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう こまつな もやし	771	25.3
19	水	ごはん	牛乳	四川豆腐 パオズ 海藻サラダ	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とうふ こんぶ わかめ ぶりのり	にんじん たまねぎ たけのこ しょうが にんにく しいたけ もやし	775	31.8
20	木	地粉うどん	牛乳	ごまみそうどん じゃがいものそぼろあんかけ ミニトマト	うどん ごま さとう じゃがいも なたね油 でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ みそ ぶた肉	にんじん ながねぎ ほうれんそう しいたけ たまねぎ グリンピース しょうが トマト	765	26.0
今年度のテーマは『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月は『大分県』									
21	金	ごはん	牛乳	ひじき飯 のっぺ汁 さばごまみりん焼き かぼすゼリー	米 さとう さといも でんぶん ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき さつま揚げ さば	にんじん だいこん ごぼう しいたけ さやえんどう かぼす	807	29.7
「ひじき飯」は大分県の保戸島で4月から5月に採られる新鮮なひじきを煮てごはんに混ぜた郷土料理です。給食用にアレンジしています。 「のっぺ汁」は中津市山国町に伝わる精進料理で、肉類を入れず野菜だけで作られた汁です。関さばというさばやかぼすは、大分県の特産品です。									
24	月	はちみつパン	牛乳	春野菜のクリームスープ 鶏肉のレモン風味 ごぼうサラダ	パン はちみつ なたね油 小麦粉 ラード でんぶん さとう ドレッシング	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ アスパラガス レモン ごぼう えだまめ	816	32.8
25	火	ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚キムチ炒め しゅうまい アセロラゼリー	米 トック なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ キムチ キャベツ いら ながねぎ しょうが アセロラ	784	31.2
26	水	わかめ麦ごはん	牛乳	新たまねぎのみそ汁 かれの野菜あんかけ オレンジ	米 麦 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん	牛乳 わかめ 油揚げ みそ かれい	たまねぎ こまつな にんじん もやし ピーマン しょうが オレンジ	787	30.1
27	木	ゆで スパゲティ	牛乳	ごぼうにやみートソーススパゲティ コーンフライ 花野菜サラダ	スパゲティ さとう でんぶん なたね油 ドレッシング パン粉 小麦粉 オリーブ油	牛乳 ぶた肉	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん エリンギ トマト ブロッコリー パセリ カリフラワー とうもろこし	820	28.8
28	金	ごはん	牛乳	春の香りごはん 呉汁 めばるの幽庵焼き	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 とり肉 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ めばる	葉の花 たけのこ ふき にんじん だいこん ごぼう ながねぎ ゆず	748	33.3

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
4、5月分	5月31日(水)

- ・口座へのご入金、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。



← 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

