



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
センター調理中学校
(元郷センター献立)

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)
12	水	ごはん	牛乳	すまし汁 さわらの西京焼き 小松菜のお浸し 米粉のいちごクレープ	米 なたね油 さとう ヤシ油 米粉	牛乳 とうふ なたとさわら みそ 豆乳	ほうれんそう だいこん にんじん こまつな えのきたけ いちご	747	28.2
13	木	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 揚げたご焼き 中華サラダ	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 さとう ごま 米粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆 乳 あおさ ハム たこ	はくさい ながねぎ にんじん しょうが にんにく もやし こまつな キャベツ	755	30.6
14	金	ごはん	牛乳	若竹汁 鶏のから揚げ 野菜のうま煮	米 さとう でんぶん なたね油 じゃがいも	牛乳 とうふ わかめ とり肉 ぶた肉	たけのこ たまねぎ さやえんどう しょうが にんにく にんじん さやいんげん	780	30.2
17	月	ごはん	牛乳	肉じゃが めばるの幽庵焼き れんこんサラダ	米 じゃがいも さとう マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 焼くわめばる	たまねぎ にんじん れんこん きゅうり ゆず	780	30.1
18	火	さきたまライス ボール	牛乳	春キャベツのスープ ウインナーの香味揚げ チリコンカン	パン 米粉 じゃがいも 小麦粉 ごま なたね油 オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう にんにく しょうが トマト	752	31.3
19	水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ラー油 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 もやし ほうれんそう	805	34.6
20	木	地粉うどん	牛乳	鶏ねぎうどん ちくわの磯辺揚げ オレンジ	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ なた 焼くわめばる あおさ	ながねぎ にんじん こまつな オレンジ	774	30.3
『味わおう！日本各地の郷土料理』今月の郷土料理：高知県									
21	金	ごはん	牛乳	生姜風味のすまし汁 かつおの竜田揚げ ぐる煮	米 なたね油 さとう さとう でんぶん	牛乳 とうふ かつお 厚揚げ たら えび	にんじん ほうれんそう えのきたけ しょうが だいこん グリンピース	797	36.3
高知県は、しょうがの生産量かつおの消費量が全国1位です。「ぐる煮」は、大根、人参、里芋といった根菜を中心に使った煮物のことです。									
24	月	バターロール	牛乳	春野菜のクリームスープ フライドチキン 花野菜のサラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード でんぶん ドレッシング	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳	キャベツ たまねぎ にんじん アスパラガス しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	873	32.7
25	火	麦ごはん	牛乳	カレーライス シーフードサラダ ピーチゼリー	米 麦 じゃがいも なたね油 オリーブ油 小麦粉 粉あめ パーム油 さとう 大豆油	牛乳 ぶた肉 レバー えび いか	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり ブロッコリー レモン もも	779	24.5
26	水	ごはん	牛乳	春の香りごはん みそ汁 さばの辛味焼き	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ わかめ みそ さば	菜の花 たけのこ にんじん たまねぎ ながねぎ しょうが	816	30.5
27	木	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ チキンナゲット ブロッコリー	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 大豆油 ドレッシング ごま パン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト ブロッコリー	867	34.4
28	金	ごはん	牛乳	呉汁 豚肉のねぎみそ焼き 磯香和え	米 じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ 大豆 みそ ぶた肉 あおさ かつお節	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう はくさい	816	32.7

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。

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

