



♡毎月19日は食育の日です♡

令和5年  
5月

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会  
自校調理小学校

※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	月	ひじきごはん	牛乳	わかたけ汁 かしわもち	米もち米 なたね油 さとう 米粉	牛乳と肉 油揚げ ひじき あずき わかめ かまぼこ	にんじん さやえんどう たけのこ ほうれんそう	604	21.2
2	火	焼きそば	牛乳	ぎょうざ もものゼリー	中華めん なたね油 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ もも	570	22.4
8	月	カレーピラフ	牛乳	いかなゲット ジュリエヌスープ	米 なたね油 バター 小麦粉	牛乳と肉 ソーセージ いか たちうお	たまねぎ にんじん ピーマン セロリー レタス パセリ	595	19.3
9	火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン かじきとポテトのごまあえ	中華めん なたね油 ごま油 じゃがいも さとう ごま でんぶん	牛乳 ぶた肉 かじき	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう	613	29.3
10	水	ごはん	牛乳	肉野菜炒め かきたま汁	米 なたね油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 たまご	たまねぎ にんじん たけのこ もやし キャベツ ながねぎ ほうれんそう	561	23.4
11	木	わかめごはん	牛乳	とりのから揚げ キャベツのみそ汁	米 でんぶん なたね油 じゃがいも	牛乳と肉 とうふ 油揚げ みそ わかめ	しょうが キャベツ	660	25.7
12	金	フラワー ロール	牛乳	えびとアスパラガスのグラタン 野菜スープ	パン マカロニ なたね油 バター 小麦粉 パン粉	牛乳 えびと肉 チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ マッシュルーム アスパラガス にんじん キャベツ	561	23.6
15	月	ごはん	牛乳	四川どうふ フルーツカクテル	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油	牛乳 とうふ ぶた肉	しょうが にんじん たけのこ ながねぎ にんにくしいたけ さやえんどう ナタデココ もも ぶどうりんご 洋なし レモン	595	24.4
16	火	地粉うどん	牛乳	親子うどん ささかまぼこの磯辺揚げ お茶プリン	うどん でんぶん 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳と肉 たまご ささかまぼこ あおき 豆乳	にんじん ながねぎ ほうれんそう 抹茶	626	26.9
17	水	ごはん	牛乳	そぼろごはん けんちん汁 甘夏	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 焼ちくわ とうふ 油揚げ	にんじん しょうがしいたけ だいこん ごぼう ながねぎ 甘夏みかん	557	29.0
18	木	とり五目 ごはん	牛乳	ほっけの立田揚げ 厚揚げのみそ汁	米 さとう でんぶん	牛乳と肉 厚揚げ わかめ みそ ほっけ	にんじん ごぼう たけのこ しいたけ キャベツ しょうが	624	28.2
19	金	子供パン	牛乳	ポークのブラウンソース煮 こふさいも ソーセージとキャベツのスープ	パン なたね油 じゃがいも	牛乳 ぶた肉 ソーセージ	たまねぎ マッシュルーム にんじん キャベツ パセリ	561	28.8
22	月	ジャンバラヤ	牛乳	チキンゲット マカロニのクリームスープ	米 なたね油 オリーブ油 マカロニ 小麦粉 ラード パン粉	牛乳 ソーセージ えび と肉 ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん セロリー トマト マッシュルーム パセリ	704	28.2
23	火	ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン ポークしゅうまい メロン	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが しいたけ ほうれんそう メロン	555	25.9
24	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス アスパラガスのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 ハム	たまねぎ にんじん しょうが にんにく アスパラガス	607	24.8
25	木	ごはん	牛乳	かつおのたまねぎソースかけ 豚汁	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 かつお ぶた肉 とうふ みそ	たまねぎ にんにく だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが	561	28.3
26	金	コッペパン	牛乳	揚げパン(グラニュー糖) ミートボールのトマトスープ 冷凍みかん	パン なたね油 マカロニ さとう でんぶん	牛乳と肉 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ トマト ぶなしめじ みかん	603	20.7
29	月	ごはん	牛乳	さわらの幽庵焼き きんぴらごぼう たまねぎのみそ汁	米 なたね油 さとう ごま じゃがいも	牛乳 さわら 油揚げ わかめ みそ	にんじん ごぼう たまねぎ ゆず	555	23.3
30	火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん えびの天ぷら 河内ばんかん	うどん なたね油 小麦粉 植物油	牛乳と肉 なたね油 えび	にんじん ながねぎ しいたけ こまつな 河内ばんかん	599	20.4
31	水	キムタク ごはん	牛乳	春巻 春雨スープ	米 ごま油 なたね油 でんぶん はるさめ 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン	ながねぎ キムチ たくあん たまねぎ にんじん もやし こまつな	659	22.7

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
5月分	5月31日(水)
6月分	6月30日(金)

・口座へのご入金、振替前日までにご利用いたします。  
・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

