



令和5年
7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)
3 月	メロンパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ クリスピーチキン ブロッコリー	パン なたね油 ドレッシング でんぶん パン粉 小麦粉	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう ブロッコリー	778	26.1
4 火	ごはん	牛乳	冬瓜のみそ汁 豚肉のしょうが炒め こんにゃくの煮物	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 油揚げ わかめ みそ ぶた肉 とり肉	とうがん にんじん たまねぎ しょうが さやいんげん	815	30.7
5 水	今年度のテーマ: 『味わおう! 日本各地の郷土料理』 今月『沖縄県』							
	ごはん	牛乳	クファジュシー もずくスープ サメのフライ シークワサーゼリー	米 なたね油 さとう パン粉 でんぶん	牛乳 ぶた肉 もずく かまぼこ とり肉 モウカザメ 刻み昆布	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ たまねぎ えのきたけ シークワーサー	802	34.5
『クファジュシー』は普段の食事や季節の行事で食べられる、豚肉を使った炊き込みご飯です。給食用にアレンジしています。『もずく』は沖縄県の特産品です。								
6 木	蒸し中華めん	牛乳	広東めん 春巻 枝豆のサラダ	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 小麦粉 ドレッシング ごま	牛乳 ぶた肉 いか えび	にんじん キャベツ しいたけ ながねぎ チンゲンサイ えだまめ もやし	835	31.0
7 金	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 セタ汁 星の和風ハンバーグ セタゼリー	米 なたね油 さとう 米粉めん でんぶん ラード	牛乳 油揚げ ぶた肉 とり肉 とうふ かまぼこ	にんじん さやえんどう ながねぎ たまねぎ さやいんげん ぶどう みかん	845	29.6
10 月	バターロール	牛乳	ミネストローネ 白身魚の香草フライ 冷凍みかん	パン マカロニ オリーブ油 さとうなたね油 パン粉	牛乳 ベーコン いんげん豆 ほき	たまねぎ にんじん かぼちゃ トマト にんにく みかん パジル	793	27.8
11 火	ごはん	牛乳	キムチとトックのスープ 肉団子の中華甘酢あんかけ 切り干し大根のサラダ	米 トック なたね油 さとう でんぶん ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	にんじん もやし たら 金目 たまねぎ 切干大根 こまつな	760	23.5
12 水	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん 夏野菜のみそ汁 さばの辛味焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 凍り豆腐 油揚げ みそ さば	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ なす さやいんげん かぼちゃ たまねぎ しょうが	825	30.9
13 木	地粉うどん	牛乳	わかめうどん いかとえびのかき揚げ 花野菜のサラダ	うどん なたね油 パーム油 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 わかめ えび いか	にんじん たまねぎ ほうれんそう ブロッコリー カリフラワー	747	26.9
14 金	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス 温野菜サラダ ◎シューアイス(チーズ) (代替食: 夕張メロンゼリー)	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング マーガリン (水あめ) (砂糖)	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ 乳製品 たまご	たまねぎ にんじん なす かぼちゃ トマト しょうが にんにく キャベツ えだまめ (メロン)	859	25.7

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。

・◎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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
7月分	7月31日(月)
9月分	8月31日(木)

・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。



← 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



川口市立科学館 夏休み前はこのイベント!

特別展 チョコレート

～カカオがとどける幸せな世界～

みんな大好きチョコレート。
甘い香りとくちどけで、
つつい食べちゃうチョコレート。
食べるだけでも十分幸せ。
ただ知っている?
原料となるカカオの秘密。
チョコッと知るだけじゃもったいない!
カカオの魅力がいっぱい詰まった
チョコレートの世界を楽しもう!

開催期間
7月9日(日)まで

みんなで
チョコレート
博士に
なるのじゃ!

©まつだりな

～暑いときこそ科学館～

サイエンス サマーフェス2023

水・金・日曜・祝日
実験・観察に挑戦!

火・木・土曜 ものづくり教室
「わくわくワーク」

科学
展示
室

流れ星カード
化石の正体(300円)

他にもいろいろなテーマのイベントがあるよ!

プラ
ネタ
リウム

一般投影 夏番組
新オーロラを見た恐竜たち
虹色に輝くアラスカの大地
オーロラが輝く空の下、極地で生きて
いた恐竜たちの命のいとまの物語。
※夏休み中は毎日投影! 投影日時やそのほか
の投影内容はホームページでご確認ください

川口市立科学館
Kawaguchi Science Museum
川口市上青木3-12-18 SKIPシティ内 ☎048-262-8431
http://www.kawaguchi.science.museum

ホームページ