



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
センター調理小学校
(新郷・南平センター献立)

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)
3	月	ごはん	牛乳	冬瓜としょうがのエスニック風スープ 豚肉のひとくち角煮 彩りポテトサラダ	米 なたね油 さとう でんぶん じゃがいも	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんにくしょうがとうがんにんじんたまねぎ チンゲンサイ えだまめ	586	27.4
4	火	ごはん	牛乳	夏野菜のみそ汁 さばのカレー揚げ ミニトマト	米 ごま油 なたね油 でんぶん	牛乳 油揚げ みそ さば	なす たまねぎ かぼちゃ きゅうりげん トマト しょうが	635	20.5
5	水	チーズパン	牛乳	貝だくさんコンソメスープ ミートボールのデミグラスソースがけ ブロッコリー	パン じゃがいも オリーブ油 なたね油 ドレッシング でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 チーズ	にんじん たまねぎ セロリー ブロッコリー	597	25.5
6	木	ごはん	牛乳	かぼちゃ団子のみそ汁 鶏肉のにんにくだれ キャベツの煮浸し	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん	牛乳 みそとり肉 油揚げ	たまねぎ ながねぎ ほうれんそう にんにく キャベツ にんじん かぼちゃ	608	23.0
7	金	地粉うどん	牛乳	七タうどん 星のコロッケ 七タゼリー	うどん ごま油 さとう じゃがいも なたね油 パン粉	牛乳 とり肉 かまぼこ	なす にんじん ながねぎ オクラ たまねぎ ぶどう みかん	633	19.8
10	月	ごはん	牛乳	冬瓜汁 あんかけ豆腐ハンバーグ 川口ウインナーとほうれん草の和風ソテー	米 でんぶん さとう なたね油	牛乳 油揚げ ソーセージ かつお節 とろふ とり肉	とうがんにんじん ながねぎ こまつなしょうが たまねぎ ほうれんそう	612	21.7
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」									
11	火	ごはん	牛乳	クファジュシー もずくスープ サメのフライ	米 なたね油 さとう でんぶん パン粉	牛乳 ぶた肉 刻み昆布 もずく かまぼこ とり肉 モウカザメ	にんじん ごぼう えだまめ しいたけ たまねぎ えのきたけ	641	31.5
「クファジュシー」は普段の食事や季節の行事でも食べられる炊き込みご飯です。「もずく」は沖縄県の特産品です。									
12	水	子供パンスライス	牛乳	パンキンポターージュ ソースかつ ポイルキャベツ	パン なたね油 小麦粉 ラード さとう パン粉 でんぶん	牛乳 ベーコン ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ かぼちゃ キャベツ	595	25.4
13	木	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス こんにやくサラダ 冷凍みかん	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ごま油	牛乳 とり肉 豆乳	にんじん たまねぎ なす かぼちゃ トマト しょうが にんにく きゅうり もやし ながねぎ みかん	608	19.9
14	金	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン いかのチリソースがけ ◎シューアイス(チーズ) (代替食:夕張メロンゼリー)	中華めん ごま油 なたね油 さとう でんぶん マーガリン (水あめ) (さとう)	牛乳 ぶた肉 わかめ いか たまご 乳製品	にんじん もやし ながねぎ キャベツ しょうが にんにく (メロン)	676	26.1

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、学校をとお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。

・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童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、
ついつい食べちゃうチョコレート。
食べるだけでも十分幸せ。
ただで知ってる?
原料となるカカオの秘密。
チョコ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

夏休みになったらこのイベント!

水・金・日曜・祝日
実験・観察に挑戦!
「どきどきサイエンス」

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なみの物語。
※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