



♡毎月19日は食育の日です♡

令和5年  
9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

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)
4	月	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレー キャベツのソテー ミニピーチゼリー	米 麦じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう 粉あめ	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ にんじん トマト ピーマン しょうが にんにく なす もやし キャベツ もも	624	21.7
5	火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン とりのから揚げ えだまめ	中華めん なたね油 ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう しょうが えだまめ	649	32.2
6	水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 フルーツカクテル	米 なたね油 さとう でんぶん ラー油 ごま油 水あめ	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ	にんじん ながねぎ にんにく しいたけ もりんご ナタデココ ぶどう レモン	588	21.0
7	木	炊き込み おこわ	牛乳	白ごまつくね なすのみそ汁	米 もち米 なたね油 ごま	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ みそ	にんじん しいたけ なす ながねぎ たまねぎ	674	25.5
8	金	ツイストパン	牛乳	ポテトコロッケ ソーセージとキャベツのスープ ミニトマト	パン じゃがいも パン粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 とり肉 ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ トマト	560	18.1
11	月	わかめごはん	牛乳	さばの幽庵焼き 沢煮わん	米 さとう	牛乳 わかめ さば ぶた肉	にんじん ごぼう しいたけ ゆず	568	23.4
12	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ウインナーの香味揚げ 冷凍みかん	うどん 小麦粉 ごま なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ ソーセージ	にんじん ながねぎ しいたけ ほうれんそう みかん	628	23.7
13	水	ごはん	牛乳	そぼろごはん とうがんとみそ汁	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 焼くわ 油揚げ みそ	にんじん しょうが しいたけ とうがん たまねぎ さやいんげん	556	28.0
14	木	チキンピラフ	牛乳	かぼちゃのクリームスープ ぶどうゼリー	米 なたね油 オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム かぼちゃ セロリー とうもろこし ぶどう	559	21.8
15	金	さきたまライス ボール	牛乳	ハンバーグステーキ ミネストローネ	パン 米粉 ラード なたね油 さとう じゃがいも マカロニ オリーブ油	牛乳 とり肉 ベーコン	たまねぎ にんにく にんじん セロリー トマト	621	25.5
19	火	地粉うどん	牛乳	カレーなんばん ししゃもごまフライ なし	うどん さとう でんぶん ごま なたね油 パン粉 小麦粉	牛乳 とり肉 ししゃも	たまねぎ にんじん ながねぎ ほうれんそう なし	600	22.0
20	水	ごはん	牛乳	スタミナ焼き肉 わかめスープ ブルー(生)	米 なたね油 さとう ごま でんぶん ごま油	牛乳 ぶた肉 みそ わかめ	にんじん ながねぎ にら しょうが にんにく ほうれんそう ブルー	561	25.1
21	木	キムタク ごはん	牛乳	厚揚げのみそ汁	米 ごま油	牛乳 ぶた肉 厚揚げ わかめ みそ	ながねぎ キムチ たくあん キャベツ	577	23.6
22	金	コッペパン	牛乳	揚げパン(グラニュー糖) ポークビーンズ	パン なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム	584	24.5
25	月	ごはん	牛乳	さんまのかば焼き 煮びたし 豚汁	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 さんま 油揚げ ぶた肉 とうふ みそ	キャベツ にんじん だいこん ごぼう ながねぎ	637	28.2
26	火	ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン 春巻 りんご	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 りんご	656	20.4
27	水	キャロット ピラフ	牛乳	キャロットドリア 野菜スープ	米 なたね油 バター 小麦粉	牛乳 とり肉 えび チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ マッシュルーム ほうれんそう にんじん キャベツ	564	24.6
28	木	ごはん	牛乳	とりのさっぱり煮 みそ汁 エコふりかけ	米 さとう じゃがいも ごま	牛乳 とり肉 とうふ わかめ みそ かつお節	しょうが にんにく にんじん だいこん ながねぎ	587	29.5
29	金	子供パン	牛乳	メンチかつ ポイルキャベツ 月見団子のスープ お月見ゼリー	パン なたね油 パン粉 玄米 さとう	牛乳 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう りんご ブルーベリー	597	20.1

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
10月分	10月2日(月)
11月分	10月31日(火)

・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

