



令和5年
11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なる食品	おもに体をつくるもとなる食品	おもに体の調子を整えるもとなる食品	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)
1	水	子供パン	牛乳	野菜のクリームスープ たらぽーションフライ 枝豆のサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード パン粉 ドレッシング ごま	牛乳 ベーコン たら 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ もやし	592	25.3
2	木	ごはん	牛乳	彩の国汁 豚肉のねぎみそ焼き しゃくし菜ふりかけ	米 さといも さとう ごま油 ごま	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ かつお節	だいこん にんじん こまつな ながねぎ しゃくし菜	624	25.5
6	月	ごはん	牛乳	だいこんのみそ汁 いわしの梅しょうゆ煮 こんにゃくの炒め煮	米 なたね油 さとう	牛乳 油揚げ わかめ みそ いわし とり肉	だいこん にんじん たまねぎ さやいんげん うめ	625	24.5
7	火	ごはん	牛乳	わかめと豆腐のスープ 鶏肉のレモン風味 小松菜ともやしのナムル	米 ごま でんぶん ごま油 なたね油 さとう ドレッシング	牛乳 とうふ わかめ とり肉	にんじん たまねぎ ほうれんそう レモン こまつな もやし	607	24.3
8	水	フラワー ロール	牛乳	コーンポタージュ ミートボールのトマトソースがけ ブロッコリー	パン なたね油 でんぶん 小麦粉 ラード オリーブ油 さとう ドレッシング コーンスターチ	牛乳 ぶた肉 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし にんにく トマト パセリ ブロッコリー	590	22.5
9	木	酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鰹物汁 川口市産ほうれんそう入りウインナー	米 なたね油 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき えび とうふ みそ ソーセージ	にんじん たまねぎ ほうれんそう	626	23.4
10	金	地粉うどん	牛乳	おっきりこみ みそポテト 川口いちごのゼリー	うどん じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	にんじん だいこん ほうさい こまつな しいたけ ながねぎ いちご レモン	610	19.3
13	月	ごはん	牛乳	ピピンパ トック入りスープ しゅうまい	米 なたね油 さとう ごま油 トック 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 わかめ	にんじん もやし しょうが にんにく ほうれんそう たまねぎ えのきたけ	592	24.2
15	水	バターロール	牛乳	野菜スープ チキンナゲット 花野菜サラダ	パン なたね油 ドレッシング 小麦粉 でんぶん	牛乳 ベーコン とり肉	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし ブロッコリー カリフラワー	586	21.9
16	木	ごはん	牛乳	かてめし 小松菜のみそ汁 さばの辛味焼き	米 なたね油 さとう じゃがいも ごま油	牛乳 とり肉 凍りとうふ 油揚げ みそ さば	にんじん ごぼう しいたけ たまねぎ こまつな	614	23.5
17	金	ソフトめん	牛乳	ごぼうにやみートソーススパゲティ 花豆コロッケ りんご	ソフトめん さとう でんぶん なたね油 じゃがいも パン粉	牛乳 ぶた肉 白花豆	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん エリンギ トマト リんご パセリ	635	23.6
20	月	ごはん	牛乳	さつまいもと豆腐のみそ汁 白ごまつね こまつな炒め	米 さつまいも さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 とうふ みそ とり肉 ツナ	だいこん にんじん こまつな たまねぎ	604	22.8
21	火	麦ごはん	牛乳	カレーライス だいこんサラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく だいこん キャベツ	632	19.5
22	水	はちみつパン	牛乳	ラビオリスープ メンチカツ ポイルキャベツ	パン でんぶん なたね油 ドレッシング 小麦粉 パン粉 はちみつ	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう キャベツ	600	20.9
24	金	ホット中華めん	牛乳	たんめん ねぎきょうざ みかん	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	にんじん キャベツ もやし ながねぎ みかん	588	20.9
27	月	ごはん	牛乳	たまねぎのみそ汁 鶏の照り焼き わかめのサラダ	米 じゃがいも さとう ドレッシング	牛乳 油揚げ みそ とり肉 わかめ	たまねぎ にんじん もやし とうもろこし	595	23.8
今年度のテーマ:「味わおう! 日本各地の郷土料理」 今月:「高知県」									
28	火	ごはん	牛乳	しょうが入りつくね汁 かつおの竜田揚げ ぐる煮	米 なたね油 さといも さとう でんぶん	牛乳 とり肉 かつお 厚揚げ	にんじん たまねぎ えのきたけ ながねぎ ほうれんそう しょうが だいこん グリンピース	588	26.2
「ぐる」とは、「仲間」「みんな」という意味の土佐の方言で、「ぐる煮」はさまざまな具材と一緒に煮込んだ料理です。									
29	水	ツイストパン	牛乳	マカロニのクリームスープ ハンバーグオニオンソース ミニトマト	パン マカロニ 小麦粉 ラード なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト	610	25.3
30	木	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん 白玉のっぺい汁 厚焼たまご	米 なたね油 さとう 白玉もち さといも でんぶん	牛乳 凍りとうふ ぶた肉 とり肉 たまご	にんじん ながねぎ だいこん ごぼう しょうが	596	23.3

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、学校をお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
12月分	11月30日(木)
1月分	12月28日(木)



←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



・口座へのご入金、振替前日までにお願いいたします。
・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。