



令和5年
12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「ぎぼらん」

※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)
1	金	ごはん	牛乳	ごまみそ汁 和風おろしハンバーグ こんにやくの炒め煮	米 じゃがいも ごま さとう でんぶん なたね油 ラード	牛乳 油揚げ 大豆 みそ とり肉	にんじん だいこん ながねぎ さいいんげん たまねぎ	769	26.8
4	月	黒パン	牛乳	押麦入り野菜スープ かぼちゃコロッケ はるさめサラダ	パン 黒とうじゃがいも おおむぎ オリーブ油 なたね油 はるさめ 小麦粉 パン粉 ドレッシング	牛乳 ソーセージ	にんじん たまねぎ かぼちゃ キャベツ とうもろこし パセリ	748	20.8
5	火	ごはん	牛乳	白玉のっぺい汁 鶏の照り焼き もやしサラダ	米 白玉もち さとも なたね油 でんぶん さとう ドレッシング	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しょうが もやし えだまめ	765	32.9
6	水	十二月田中学校の生徒が考えた献立			米 なたね油 さとう でんぶん ごま油 水あめ	牛乳 油揚げ わかめ みそ たら ひじき ぶた肉 大豆 水あめ	かぶ たまねぎ はくさい にんじん ぶなめし みかん	747	28.0
		ごはん	牛乳	かぶのみそ汁 たら野菜あんかけ ひじきと大豆の煮物 みかんゼリー					
テーマは『冬が旬の食材を使った献立』です。									
7	木	蒸し中華めん	牛乳	もやしそば 春巻 キャベツのサラダ	中華めん さとう なたね油 でんぶん 小麦粉 ドレッシング ごま油	牛乳 ぶた肉	にんじん もやし ながねぎ にんにく しょうが えだまめ キャベツ たまねぎ	812	24.8
8	金	麦ごはん	牛乳	カレーライス だいこんサラダ オレンジ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく だいこん キャベツ オレンジ	760	23.6
11	月	子供パン	牛乳	ニョッキのクリームスープ チキンナゲット コーンスローサラダ	パン ニョッキ なたね油 小麦粉 ラード でんぶん ドレッシング	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉	にんじん たまねぎ エリンギ キャベツ とうもろこし	766	26.1
12	火	ごはん	牛乳	せんべい汁 豚肉とたまねぎの炒め物 りんご	米 せんべい なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉	にんじん しいたけ ながねぎ はくさい だいこん ごぼう たまねぎ りんご	766	27.3
今年度のテーマ『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月は『石川県』									
13	水	ごはん	牛乳	めった汁 ニギスの磯辺米粉フライ 治部煮	米 さつまいも なたね油 さいとも ふささとう でんぶん 米粉 パン粉	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ にぎす とり肉 あおさ	だいこん にんじん しいたけ さいいんげん	755	26.4
『めった汁』は、根菜類を使った具だくさんの豚汁です。治部煮は鴨肉や鮎、季節の野菜などが入ったとろみのある煮物です。									
14	木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 大学いも ブロッコリー	うどん さとう さつまいも なたね油 水あめ ごま ドレッシング	牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう ブロッコリー	754	23.8
15	金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 小松菜のナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ こまつな もやし	748	32.4
18	月	バターロール	牛乳	白菜と肉団子のスープ オムレツ チリコンカン	パン オリーブ油 さとう でんぶん 大豆油	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 大豆 いんげん豆	はくさい にんじん こまつな にんにく しょうが たまねぎ トマト	748	30.7
19	火	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん こしね汁 白ごまつくね	米 なたね油 さとう でんぶん ごま	牛乳 凍り豆腐、ぶた肉 油揚げ みそ とり肉	にんじん ながねぎ だいこん ごぼう しいたけ たまねぎ	748	28.1
20	水	領家中学校の生徒が考えた献立			米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング ごま 米粉 パン粉 さとう ココア 植物油	牛乳 ベーコン とり肉 わかめ 豆乳 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ とうもろこし	874	29.5
		キャロット ピラフ	牛乳	クリームシチュー クリスピーチキン 温野菜サラダ 米粉のクリスマスケーキ(チョコ)					
テーマは『冬でもポカポカメニュー』です。									

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。

給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
1月分	12月28日(木)
2月分	1月31日(水)

・口座へのご入金は、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



12月10日から16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です
1970年代から1980年代にかけて、北朝鮮が多くの日本人を拉ちました。
「らち」は本人がのぞまないのに連れ去ることです。川口市にも、
北朝鮮にらちされたまま、家族のもとへかえってこられていない方がいます。

拉致問題の動画チャンネルがあります。

YouTube公式動画チャンネルでは、アニメ「めぐみ」や
拉致被害者御家族のメッセージ動画などを配信しています。

YouTube <https://www.youtube.com/c/rachitaichannel>



電子図書館もご利用ください。

「らちもんだいたいさくほん」電子図書館

<https://web.d-library.jp/rachitai/>



問合せ・川口市福祉総務課(048-259-7929)

