



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
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) | |
| 1 | 金 | 地粉うどん | 牛乳 | きつねうどん 野菜のかき揚げ 小松菜のサラダ | うどん さとう なたね油 ドレッシング 小麦粉 ごま | 牛乳 油揚げ ぶた肉 | にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう こまつな | 650 | 21.0 | |
| 4 | 月 | ごはん | 牛乳 | 鶏ごぼうごはん 呉汁 さばの塩こうじ焼き | 米 なたね油 さとう じゃがいも | 牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉 大豆 みそ さば | にんじん ごぼう だいこん たまねぎ | 671 | 26.7 | |
| 5 | 火 | ごはん | 牛乳 | マーボー豆腐 ぎょうざ 中華サラダ | 米 さとう でんぶん ごま油 なたね油 ドレッシング 小麦粉 | 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ とり肉 | たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ キャベツ もやし | 671 | 25.1 | |
| 6 | 水 | 東領家小学校のリクエスト献立: コーヒー飲料 | | | パン おおむぎ さとう オリーブ油 ドレッシング | 牛乳 とり肉 ソーセージ | キャベツ にんじん たまねぎ だいこん とうもろこし | 587 | 21.0 | |
| | | バターロール | 牛乳 コーヒー 飲料 | 押麦入り野菜スープ 焼ウインナー だいこんサラダ | | | | | | |
| 7 | 木 | ごはん | 牛乳 | だご汁 いかのごまみそ焼き 厚揚げの煮物 | 米 白玉もち さとう でんぶん ごま | 牛乳 いか みそ 厚揚げ ぶた肉 | にんじん だいこん たまねぎ こまつな | 586 | 26.1 | |
| 8 | 金 | ソフトめん | 牛乳 | ごぼうにやミートソースパグティ スパイシーポテト 海藻サラダ | ソフトめん さとう でんぶん オリーブ油 じゃがいも なたね油 ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 こんぶ わか め ふのり | しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん トマト もやし パセリ | 591 | 20.7 | |
| 11 | 月 | ごはん | 牛乳 | 中華風はるさめスープ スタミナ焼肉 ミニトマト | 米 はるさめ なたね油 さとう ごま | 牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ | にんじん たまねぎ しいたけ ながねぎ にら しょうが にんにく トマト | 585 | 24.4 | |
| 12 | 火 | 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』 | | | | | | | 635 | 24.4 |
| | | 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 さといも ふ さとう 米粉 でんぶん オリーブ油 | 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ にぎす とり肉 | だいこん にんじん しいたけ きやいんげん | | | |
| 『めった汁』は、さつまいもが入った具だくさんのとん汁です。『ニギス』は石川県でなじみ深い魚です。『治部煮』には金沢特産の「すだれ麩」が入っています。 | | | | | | | | | | |
| 13 | 水 | 子供パン | 牛乳 | 野菜のクリームシチュー ミートボールのトマトソースがけ ブロッコリーと根菜のサラダ | パン オリーブ油 小麦粉 ラード さとう ドレッシング でんぶん | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ぶた肉 | にんじん たまねぎ キャベツ にんにく トマト ブロッコリー だいこん | 588 | 23.2 | |
| 14 | 木 | ごはん | 牛乳 | カレーライス 温野菜サラダ ブルーン | 米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ | にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし ブルーン | 599 | 18.9 | |
| 15 | 金 | 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 でんぶん 小麦粉 | 牛乳 ぶた肉 | にんじん はくさい ながねぎ もやし しょうが りんご キャベツ たまねぎ | 652 | 20.9 | |
| 18 | 月 | 飯仲小学校のリクエスト献立: 鶏のから揚げ | | | 米 なたね油 でんぶん さとう | 牛乳 ぶた肉 とり肉 | しょうが だいこん にんじん ぶなめじ えのきたけ まいたけ にんにく オレンジ | 610 | 22.2 | |
| | | ごはん | 牛乳 | きのこのそぼろ汁 鶏のから揚げ オレンジ | | | | | | |
| 19 | 火 | ごはん | 牛乳 | だいこんと小松菜のみそ汁 あじフライ もやしのサラダ | 米 じゃがいも なたね油 ドレッシング パン粉 でんぶん | 牛乳 油揚げ みそ あじ | だいこん たまねぎ こまつな もやし にんじん とうもろこし | 596 | 22.2 | |
| 20 | 水 | マーブル食パン | 牛乳 | オニオンスープ もみの木ハンバーグデミグラスソース コーンスローサラダ いちごのクリスマスカップデザート | パン オリーブ油 なたね油 ドレッシング 大豆油 ラード 水あめ さとう ココア | 牛乳 とり肉 豆乳 | にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし いちご パセリ | 585 | 20.3 | |

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、学校をと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。

| 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、振替前日までをお願いいたします。
- ・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ぶ電子図書館」

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



問合せ・川口市福祉総務課(048-259-7929)