



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
(元郷センターB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)
『味わおう！日本各地の郷土料理』今月の郷土料理：大分県									
1	金	地粉うどん	牛乳	だんご汁 とり天 あいませ	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 おから 焼くわ	にんじん ながねぎ ほうれんそう ぶなしめじ しいたけ さやえんどう	623	27.5
大分県の「だんご汁」には、薄く帯状に伸ばしたうどんのようなものを入れます。									
4	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 もやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ラー油	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 もやし こまつな	588	23.0
5	火	ごはん	牛乳 コーヒー 飲料	わんたんスープ スタミナ焼肉	米 なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	たまねぎ ほうれんそう にんじん ながねぎ にんにく しょうが キャベツ にら	597	25.6
6	水	黒パン	牛乳	ミネストローネ ウイナーの香味揚げ キャベツソテー	パン 黒とう じゃがいも さとう マカロニ オリーブ油 小麦粉 ごま なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 ソーセージ	はくさい たまねぎ にんじん トマト かぼちゃ にんにく キャベツ パプリカ	610	21.9
7	木	ごはん	牛乳	大豆そぼろごはん みそ汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆 とうふ みそ いわし	にんじん しいたけ しょうが たまねぎ こまつな だいこん	598	27.5
8	金	ソフトめん	牛乳	ミートソースパグティ ほうれん草のソテー	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう なたね油 大豆油	牛乳 ぶた肉 レバー ソーセージ	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく ほうれんそう とうもろこし	619	25.2
11	月	ごはん	牛乳	さつまい 和風おろしハンバーグ ひじきの五目煮	米 さつまいも なたね油 さとう でんぶん ラード	牛乳 とり肉 とうふ みそ ひじき さつまいも 大豆 ぶた肉	だいこん にんじん ながねぎ さやいんげん たまねぎ	626	25.1
12	火	ごはん	牛乳	かぶのみそ汁 鶏のから揚げ きんぴらごぼう	米 さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 油揚げ みそ とり肉	かぶ たまねぎ にんじん しょうが にんにく ごぼう	619	26.4
13	水	食パン チョコレート クリーム	牛乳	野菜スープ ポークストロガノフ フライドポテト	パン チョコレートクリーム なたね油 小麦粉 じゃがいも パーム油	牛乳 とり肉 ぶた肉	はくさい にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし にんにく ぶなしめじ トマト	621	23.5
14	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼たまご りんご	米 じゃがいも さとう 水あめ	牛乳 ぶた肉 たまご	たまねぎ にんじん さやいんげん りんご	587	21.8
15	金	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン ぎょうざ 中華風野菜炒め	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ ハム	キャベツ にんじん もやし とうもろこし しょうが にんにく こまつな たまねぎ	603	24.8
18	月	麦ごはん	牛乳	ポークカレー 花野菜のサラダ	米 麦 じゃがいも 大豆油 なたね油 ドレッシング ごま 小麦粉 パーム油 さとう	牛乳 ぶた肉 レバー	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	597	19.9
19	火	ごはん	牛乳	すまし汁 あじフライ 切り干し大根の煮物	米 なたね油 さとう パン粉 でんぶん	牛乳 とうふ 油揚げ あじ	にんじん たまねぎ ほうれんそう えのきたけ 切干大根	605	23.1
20	水	クロワッサン	牛乳	コンポータージュ 肉団子とペンネのトマト煮 米粉のクリスマスケーキ	パン 小麦粉 ラード なたね油 マカロニ さとう オリーブ油 米粉 コーンスターチ でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳 豆乳	とうもろこし たまねぎ エリンギ にんにく トマト パセリ	637	20.0

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。

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



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)