



令和6年
1月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
センター調理中学校
(元郷センター献立)

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)
10 水	ごはん	牛乳	お雑煮 さばの辛味焼き いんげんのごま和え	米もち ごまさとう	牛乳 とり肉 かまぼこ さば	にんじん だいこん しいたけ こまつな ながねぎ さやいんげん しょうが	747	24.4
11 木	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 オレンジ	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ	もやし にんじん ながねぎ キャベツ とうもろこし オレンジ	761	23.9
12 金	ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼きたまご ひじきの煮物	米 じゃがいも さとう なたね油 植物油	牛乳 ぶた肉 たまご ひじき 大豆 油揚げ	たまねぎ にんじん さやいんげん	772	27.3
15 月	里中学校の生徒が考えた献立です。			パン なたね油 パン粉 小麦粉 さとう 米粉	牛乳 ベーコン たら 豆乳	たまねぎ にんじん ほう とうもろこし キャベツ もも	756	26.1
	バーガーパン (子供パンスライス)	牛乳	栄養満点！野菜スープ 寒だらのうまみフライ ポイルキャベツ 米粉のももタルト					
テーマは『冬の味覚ランチセット』です。								
16 火	ごはん	牛乳	さつまい 和風おろしハンバーグ 磯香和え	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 あおさかつお節 ぶた肉	たまねぎ にんじん ごぼう だいこん ほうきさい こまつな	747	27.9
『味わおう！日本各地の郷土料理』 今月の郷土料理：愛知県								
17 水	ごはん	牛乳	八杯汁 みそカツ さんびられんこん	米 さともいも なたね油 さとう ごま パン粉	牛乳 とうふ 油揚げ みそ とり肉 ぶた肉 大豆粉	にんじん ながねぎ しいたけ れんこん	777	28.3
「八杯汁」は、1丁の豆腐から8人分作れるから、または、あまりにもおいしくて、たくさんお代わりしてしまうことからこの名前がつけました。								
18 木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 野菜炒め	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼くわ あおさ ハム	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ もやし	767	29.7
19 金	安行東中学校の生徒が考えた献立です。			米 トック なたね油 でんぶん さとう ごま油 ラー油	牛乳 わかめ とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ えのきたけ しょうが ながねぎ にんにく もやし だいこん	822	28.1
	ごはん	牛乳	わかめとトックのスープ ヤンニョムチキン にんじんと大根ともやしのナムル 乳酸菌飲料					
テーマは『知ってみよう世界の料理＜韓国編＞』です。								
22 月	黒パン	牛乳	ラピオリスープ フランクフルトソーセージ チリコンカン	パン 黒とう オリーブ油 さとう 小麦粉 パン粉	牛乳 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし にんにく しょうが トマト	774	30.1
23 火	ごはん	牛乳	すいとん いわしの梅醤油煮 切り干し大根の煮物	米 すいとん なたね油 さとう	牛乳 とり肉 いわし 油揚げ	にんじん だいこん ほうきさい こまつな ながねぎ 切り干し大根 うめ	797	27.8
24 水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 揚げしゅうまい わかめともやしのごま油炒め	米 ごま油 さとう なたね油 でんぶん ごま 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ わかめ	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	806	30.3
25 木	ソフトめん	牛乳	ミートソースパゲティ 花野菜のサラダ	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 大豆油 ドレッシング	牛乳 ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	744	29.2
26 金	ごはん	牛乳	呉汁 さけの塩焼き たくあん入りサラダ	米 じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ 大豆 みそ さけ かつお節	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ キャベツ きゅうり たくあん	743	35.3
29 月	ツイストパン	牛乳	オニオンスープ コーンフライ フレンチサラダ	パン オリーブ油 なたね油 さとう パン粉 小麦粉 大豆油	牛乳 ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり パセリ とうもろこし	771	21.9
30 火	麦ごはん	牛乳	カレーライス ほうれんそうのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 バーム油 さとう 大豆油	牛乳 ぶた肉 レバー ハム	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう とうもろこし	753	22.8
31 水	ごはん	牛乳	けんちん汁 豚肉のねぎみそ焼き こんにゃくの炒め煮	米 さともいも さとう なたね油	牛乳 とうふ 油揚げ ぶた肉 みそ とり肉	ごぼう にんじん だいこん ほうれんそう ながねぎ さやえんどう	778	29.8

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。

対象給食月	口座振替日
2月分	1月31日(水)
3月分	2月29日(木)

・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



学校給食費の公費負担を追加で実施します

- 令和6年1月～3月、市立小中学校在籍児童生徒を対象に行います
- 1食あたり、小学生は12円、中学生は14円、公費を追加します
- 上記期間の保護者負担額は変わりません

メンタルヘルスチェックシステム

「こころの体温計」で手軽にストレスチェックできます。
パソコンからは▶<https://fishowindex.jp/kawaguchi/>
※利用料無料
(通信費は自己負担)

