



令和6年

1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「きよぼらん」

※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	コッペパン	牛乳	パンプキンポターージュ ウインナーの香味揚げ チリコンカン	パン なたね油 小麦粉 ラード ごま オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉 脱脂粉乳	かぼちゃたまねぎ にんじん にんにくとうもろこし しょうが トマト	638	27.4
11	木	ごはん	牛乳	米粉のいちごクレープ ハヤシライス フレンチサラダ 米粉のいちごクレープ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう オリーブ油 米粉	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり いちご	667	17.4
12	金	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ わかめとえのきの煮浸し	うどん さといも さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ 焼くわ あおさ わかめ	ながねぎ にんじん ごぼう えのきたけ もやし	611	24.2
15	月	ごはん	牛乳	かてめし 呉汁 さばのピリ辛焼き	米 ごま油 さとう じゃがいも なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ さば	だいこん ごぼう にんじん しいたけ しょうが	653	25.5
『味わおう！日本各地の郷土料理』今月の郷土料理：愛知県									
16	火	ごはん	牛乳	八杯汁 みそカツ きんぴられんこん	米 さといも なたね油 さとう ごま パン粉	牛乳 とうふ 油揚げ ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ しいたけ れんこん	605	22.8
八杯汁は、1丁の豆腐から8人分作れるから、または、あまりのおいさにとくさんおかわりしてしまうことからこの名前がつけました。									
17	水	黒パン	牛乳	野菜スープ ハンバーグデミグラスソース コーンソテー	パン 黒とう じゃがいも なたね油 ラード	牛乳 とり肉 ぶた肉 ハム	キャベツ にんじん たまねぎ エリンギ とうもろこし さいいんげん	585	25.7
18	木	ごはん	牛乳	すまし汁 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根の煮物	米 なたね油 さとう	牛乳 とうふ ぶた肉 油揚げ	だいこん にんじん ほうれんそう しょうが 切干大根	601	23.6
19	金	ソフトめん	牛乳	ミートソースパゲティ キャベツとウインナーのソテー	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 にんにく キャベツ	606	23.1
22	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 小松菜のナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油	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 こまつな もやし	583	23.5
23	火	ごはん	牛乳	ごまみそ汁 鶏のから揚げ ひじきの煮物	米 じゃがいも ごま さとう でんぶん なたね油	牛乳 みそ とり肉 ひじき 大豆 油揚げ	にんじん だいこん ながねぎ しょうが にんにく	639	27.5
24	水	マーブル食パン	牛乳	クリームシチュー オムレツ マカロニサラダ	パン じゃがいも なたね油 ココア 小麦粉 ラード マカロニ さとう マヨネーズ 大豆油	牛乳 とり肉 たまご 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし	605	23.6
25	木	ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚キムチ炒め	米 トック なたね油 さとう ごま油	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ	えのきたけ しいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ キムチ キャベツ にら しょうが にんにく	593	25.9
26	金	揚げパンは新郷東小のクエストメニューです。 ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン 揚げパン ブロッコリー	中華めん パン ごま油 なたね油 さとう ごまドレッシング	牛乳 ぶた肉 わかめ 揚げパン	もやし にんじん ながねぎ キャベツ とうもろこし ブロッコリー	586	23.3
29	月	ごはん	牛乳	すいとん さけの塩焼き 小松菜の煮浸し	米 すいとん さとう	牛乳 とり肉 油揚げ さけ かつお節	にんじん だいこん ほうれんそう ながねぎ はくさい こまつな えのきたけ	588	28.9
30	火	ごはん	牛乳	ルーローハン ミーファンタン しゅうまい	米 なたね油 さとう ビーフン ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	しょうが にんにく たけのこ チンゲンサイ しいたけ にんじん たまねぎ ほうれんそう	587	27.8
31	水	食パン いちごジャム	牛乳	マカロニスープ ポテトコロッケ ツナと野菜の炒め物	パン ジャム マカロニ なたね油 じゃがいも パン粉	牛乳 とり肉 ツナ ぶた肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし キャベツ ピーマン いちご	586	21.8

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。

次回給食費口座引落日のご案内	
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)

・口座へのご入金は、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://fishowlindex.jp/kawaguchi/>
※利用料無料
(通信費は自己負担)

