



令和6年  
3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「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	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん けんちん汁 さばの塩こうじ焼き ひなあられ	米 なたね油 さとう さといも 水あめ	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ さば	にんじん ごぼう しいたけ だいこん ながねぎ しょうが	757	25.7	
4	月	黒パン	牛乳	マカロニスープ チキンナゲット 彩りソテー	パン 黒とう マカロニ なたね油 小麦粉 でんぶ	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ とうもろこし	748	25.1	
5	火	ごはん	牛乳	打ち豆汁 豚肉のしょうが炒め 海藻サラダ	米 じゃがいも なたね油 ドレッシング さとう でんぶ	牛乳 大豆 油揚げ みそ ぶた肉 こんぶ わかめ ふのり	にんじん だいこん ながねぎ しょうが もやし たまねぎ	815	31.1	
6	水	今年度のテーマ:『味わおう!日本各地の郷土料理』 今月は『東京都』							782	26.4
		酢めし	牛乳	あなごのちらし寿司 ちゃんこ鍋 小松菜メンチカツ	米 さとう なたね油 パン粉 水あめ	牛乳 あなご たまご 油揚げ とり肉 大豆 ぶた肉	れんこん にんじん しいたけ だいこん はくさい ぶなしめじ たまねぎ こまつな			
		あなごは江戸前寿司の定番のネタでした。「ちゃんこ鍋」は、力士が体をつくるために食べる鍋料理です。小松菜は東京が発祥の野菜です。								
7	木	蒸し中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 切り干し大根のサラダ	中華めん ごま油 なたね油 ドレッシング 小麦粉 ごま油	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 切干大根 こまつな	800	23.5	
8	金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい ブロッコリーと根菜のサラダ	米 でんぶ 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 ブロッコリー だいこん	743	30.5	
11	月	さきたま ライスボール	牛乳	春野菜のクリームスープ ミートボールのトマトソースがけ ほうれんそうとコーンのソテー	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード オリーブ油 さとう でんぶ 米粉	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 ほうれんそう とうもろこし	749	29.2	
12	火	わかめごはん	牛乳	ごまみそ汁 鶏のから揚げ ごぼうサラダ	米 ごま さとう でんぶ なたね油 ドレッシング	牛乳 大豆 みそ とり肉 わかめ	にんじん だいこん たまねぎ ほうれんそう しょうが にんにく ごぼう えだまめ	796	26.7	
13	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ おさかなチップ	米 麦 じゃがいも さとう 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング でんぶ	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ いわし	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ	752	23.4	
14	木	ゆで スパゲティ	牛乳	スパゲティボロニヤソース コーンフライ 枝豆のサラダ 米粉のお祝いいちごケーキ	スパゲティ なたね油 小麦粉 ラード でんぶ ドレッシング さとう パン粉 米粉 植物油 オリーブ油	牛乳 ぶた肉 豆乳	にんじん たまねぎ にんにく えだまめ もやし とうもろこし いちご	892	26.2	
18	月	子供パン	牛乳	ウインナーと春キャベツのスープ たらぼーションフライ だいこんサラダ	パン おおむぎ なたね油 ドレッシング パン粉 小麦 粉	牛乳 ソーセージ たら	キャベツ たまねぎ にんじん だいこん とうもろこし	742	26.9	
19	火	ごはん	牛乳	中華丼 ぎょうざ デコボン	米 ごま油 さとう でんぶ なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ もやし チンゲンサイ にんにく キャベツ デコボン(しらぬい)	751	23.8	
21	木	地粉うどん	牛乳	肉うどん チーズじゃが丸くん ミニトマト	うどん さとう じゃがいも でんぶ 小麦粉 なたね油 植物油	牛乳 ぶた肉 油揚げ チーズ	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう トマト	746	24.5	
22	金	キャロット ピラフ	牛乳	白いんげん豆のスープ ハンバーグデミグラスソース さつまいもとかぼちゃの蒸し野菜	米 なたね油 さつまいも 植物油 ラード	牛乳 ぶた肉 いんげん豆 とり肉 大豆	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし ほうれんそう かぼちゃ	779	26.0	

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
3月分	2月29日(木)

・口座へのご入金、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

