



令和6年
5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
センター調理中学校
(元郷センター献立)

※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 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 水	ごはん	牛乳	大豆そぼろごはん のっぺい汁 さけのマヨネーズ焼き	米 なたね油 さとう さいも でんぶん マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 大豆 かまぼこ さけ みそ	にんじん しいたけ しょうが だいこん ながねぎ	757	34.2
2 木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわと野菜のサラダ 柏もち	うどん さとう なたね油 米粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ かまぼこ 焼きちくわ あずき	にんじん たまねぎ ほうれんそう だいこん こまつな	782	29.7
7 火	ごはん	牛乳	せんべい汁 さばのみそ煮 里芋の煮物	米 せんべい さとう さいも	牛乳 ぶた肉 油揚げ さば みそ とり肉	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな しょうが グリーンピース	850	31.6
8 水	わかめごはん	牛乳	貝だくさんみそ汁 鶏のから揚げ いんげんのソテー	米 さいも さとう でんぶん なたね油	牛乳 とうふ みそ とり肉 ハム わかめ	ほうれんそう たまねぎ だいこん にんじん しょうが にんにく さやいんげん	779	28.6
9 木	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん にらまんじゅう こまつなサラダ	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆腐 ツナ	ほうれんそう にんじん しょうが にんにく こまつな にら	747	36.0
10 金	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん あおさのみそ汁 豚肉のごま照り焼き	米 なたね油 さとう ごま	牛乳 とり肉 油揚げ あおさ とうふ みそ ぶた肉	ごぼう にんじん えだまめ たまねぎ だいこん ながねぎ	808	33.7
13 月	メロンパン	牛乳	ラビオリスープ オムレツミートソースかけ ブロッコリー	パン じゃがいも なたね油 さとう でんぶん パン粉 ドレッシング ごま 大豆油 小麦粉	牛乳 ベーコン ぶた肉 たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう エリンギ ブロッコリー	764	30.6
今年度の献立テーマは「丈夫な体をつくろう！」1学期は「減塩」								
14 火	ごはん	牛乳	ガバオライス キャベツのスパイススープ 白身魚のチリソースかけ	米 さとう なたね油 じゃがいも オリーブ油 ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉 ほき	たまねぎ ピーマン パプリカ ぶなしめじ キャベツ バジル にんじん セロリ にんにく ながねぎ しょうが パセリ	764	33.1
バジル粉・ナツメグ・カレー粉等のスパイスやハーブを使い、塩分が少なくてもおいしく食べられる献立にしました。								
15 水	ごはん	牛乳	いも団子汁 チキン南蛮 切り干し大根の煮物	米 じゃがいも でんぶん なたね油 さとう タルタルソース	牛乳 ぶた肉 とり肉 さつまいも	だいこん にんじん ながねぎ はくさい 切干大根	816	28.5
16 木	ソフトめん	牛乳	クリームスバゲティ イタリアンサラダ りんごゼリー	ソフトめん バター 小麦粉 ラード 生クリーム ドレッシング 水あめ さとう	牛乳 とり肉 ハム 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん エリンギ ぶなしめじ にんにく キャベツ きゅうり パプリカ りんご パセリ	763	28.6
17 金	ごはん	牛乳	じゃがいもと厚揚げのうま煮 白ごまつくね 白菜のおかか煮	米 じゃがいも さとう なたね油 でんぶん ごま	牛乳 ぶた肉 厚揚げ とり肉 油揚げ かつお節	にんじん たまねぎ たけのこ さやいんげん はくさい	882	34.2
20 月	バターロール	牛乳	グリーンポターージュ ハンバーグデミグラスソース ほうれん草とコーンのソテー	パン 小麦粉 ラード なたね油	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉 大豆	グリーンピース たまねぎ エリンギ ほうれんそう とうもろこし にんじん トマト	820	32.4
21 火	ごはん	牛乳	たけのこごはん すまし汁 かつおの竜田揚げ	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ かまぼこ とうふ わかめ かつお	たけのこ にんじん こまつな たまねぎ えのきたけ	768	34.4
22 水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 ジャンボしゅうまい 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 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 もやし こまつな	825	31.2
23 木	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン 春巻 中華サラダ	中華めん ごま油 なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ ハム	キャベツ にんじん もやし ながねぎ とうもろこし しょうが にんにく だいこん こまつな	795	30.0
24 金	ごはん	牛乳	ハヤシライス 焼ウインナー 枝豆とマカロニのサラダ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう マカロニ マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 ソーセージ ツナ	たまねぎ にんじん えだまめ とうもろこし トマト	875	31.5
27 月	黒パン	牛乳 コーヒ 飲料	キャベツとウインナーのスープ ポークストロガノフ スパイシーポテト	パン 黒とう さとう なたね油 小麦粉 じゃがいも	牛乳 ソーセージ ぶた肉	たまねぎ キャベツ にんじん にんにく ぶなしめじ トマト	797	26.6
28 火	ごはん	牛乳	白菜と肉団子のスープ 中華風チキンソテー 厚揚げのピリ辛炒め	米 はるさめ さとう ごま油 なたね油 でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 厚揚げ	はくさい ほうれんそう にんじん たまねぎ にんにく しょうが にら	792	32.9
29 水	ごはん	牛乳	豚汁 いわしの梅しょうゆ煮 磯香和え	米 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ いわし のり	にんじん こまつな ながねぎ だいこん ごぼう ほうれんそう はくさい うめ	760	31.7
30 木	地粉うどん	牛乳	カレーうどん いかの甘辛揚げ ハムサラダ	うどん さとう でんぶん なたね油 ドレッシング 小麦粉 パーム油	牛乳 ぶた肉 ハム いか	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ とうもろこし	767	34.9
31 金	ごはん	牛乳	トック入りスープ タッカルビ	米 トック さつまいも ごま油 さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ とり肉	えのきたけ しいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ ピーマン しょうが にんにく キムチ	767	25.8

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。

対象給食月	口座振替日
5月分	5月31日(金)
6月分	7月1日(月)

・口座へのご入金、振替前日までにお願いいたします。
・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

