



♡毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日です♡

令和6年
6月

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「きゅぽらん」

※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	スプーン	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)
3	月		ごはん	牛乳	呉汁 いかのサラサ揚げ きんぴられんこん	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ いか とり肉	ごぼう にんじん だいこん ほうれんそう れんこん	651	27.6
4	火		ごはん	牛乳	いも団子汁 豚肉のねぎみそ焼き ひじきの煮物	米 さとう なたね油 じゃがいも でんぶん	牛乳 油揚げ ぶた肉 みそ ひじき 大豆 さつま揚げ	ごまつな だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	640	23.2
5	水	○	ツイストパン	牛乳	むさしのシチュー コーンフライ フレンチサラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 オリーブ油 さとう ラード パン粉	牛乳 とり肉 ハム 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ きゅうり とうもろこし	626	22.5
6	木	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 中華風野菜炒め	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ ハム	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ ごまつな	651	28.9
7	金		地粉うどん	牛乳	むさしのうどん 狭山茶風味のししゃもフライ ミニトマト	うどん さといも さとう なたね油 パン粉 でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ ししゃも	にんじん ごまつな しいたけ えのきたけ ぶなしめじ ながねぎ トマト せん茶	584	25.9
10	月	○	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 せんべい汁 さけのマヨネーズ焼き	米 なたね油 さとう せんべい マヨネーズ	牛乳 油揚げ ぶた肉 とり肉 さけ みそ	にんじん さやえんどう ごぼう だいこん ながねぎ しいたけ	686	31.3
今年度の献立テーマは、「丈夫な体をつくろう!」です。1学期は「減塩」										
11	火		ごはん	牛乳	生姜風味のすまし汁 鶏肉のカレーから揚げ ほうれん草とツナの炒め物	米 でんぶん なたね油	牛乳 とうふ かまぼこ とり肉 ツナ	にんじん ごまつな えのきたけ しょうが にんにく ほうれんそう たまねぎ	603	28.9
鶏肉のカレーから揚げは、カレー粉を使用することによって下味のしょうゆの使用量を抑えています。										
12	水	○	はちみつパン	牛乳	ラビオリスープ 豆乳かぼちゃグラタン イタリアンサラダ	パン はちみつ なたね油 ドレッシング 小麦粉 バナナ粉 ショートニング バナナ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ハム 豆乳	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう キャベツ きゅうり なげき	592	19.0
13	木		ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚キムチ炒め 埼玉県産みかんゼリー	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 みかん	631	25.9
14	金		ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ たこナゲット ブロッコリー	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう 大豆 油	牛乳 ぶた肉 レバー たこ いか たら	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく ブロッコリー トマト	697	27.8
17	月	○	ごはん	牛乳	かてめし 彩の国汁 ゼリーフライ	米 ごま油 さとう さといも なたね油 じゃがいも 小麦粉	牛乳 油揚げ ぶた肉 おから	だいこん ごぼう にんじん しいたけ はくさい ごまつな ながねぎ	597	18.5
18	火	○	ごはん	牛乳	ガパオライス わかめスープ 鶏肉の韓国風照り焼き	米 さとう なたね油 ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉 わかめ かまぼこ とり肉	にんにく たまねぎ ビーマン パプリカ ぶなしめじ にんじん ながねぎ	595	27.7
19	水	○	バターロール	牛乳	オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース 粉ふきいも	パン オリーブ油 なたね油 じゃがいも 大豆油 小麦粉	牛乳 ベーコン とり肉 大豆	にんじん たまねぎ エリンギ パセリ トマト	597	24.0
20	木		ごはん	牛乳	まゆ玉汁 いわしのみぞれ煮 ごぼうサラダ	米 さとう ごま マヨネーズ 上新粉 でんぶん	牛乳 みそ いわし ハム	だいこん にんじん ながねぎ ほうれんそう ごぼう きゅうり	612	21.6
21	金		地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト さくらんぼ	うどん さといも じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 みそ	にんじん だいこん ごまつな ながねぎ しいたけ さくらんぼ	592	20.3
24	月	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス 花野菜のサラダ 米粉のいちごクレープ	米 麦 じゃがいも なたね油 ドレッシング 小麦粉 さとう パーム油 ヤシ油 米粉 いちご	牛乳 ぶた肉 レバー 豆乳	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 いちご	698	20.1
25	火		ごはん	牛乳	具だくさんみそ汁 豚肉のゆず香和え 磯香和え	米 じゃがいも でんぶん なたね油 さとう	牛乳 とうふ みそ ぶた肉 あおさ かつお節	だいこん にんじん たまねぎ ごまつな ゆず ほうれんそう はくさい	624	27.6
26	水	○	黒パン	牛乳	野菜スープ ウインナーの香味揚げ チリコンカン	パン 黒とう じゃがいも 小麦粉 ごま なたね油 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	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし にんにく しょうが トマト	610	26.0
27	木		ごはん	牛乳	けんちん汁 さばの辛味焼き こんにやくの炒め煮	米 さといも なたね油 さとう	牛乳 とうふ さば ぶた肉	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ さやえんどう りんご	615	23.7
28	金		ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ぎょうざ エリンギの炒め物	中華めん ごま なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ ベーコン	チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが エリンギ パプリカ キャベツ	654	29.2

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。

・「スプーン」○印の日のみ、学校給食センターより給食時にスプーンを用意いたします。

○印のある日ない日に関わらず、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
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

