



令和6年  
9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                                | 火 | ○    | ごはん     | 牛乳  | ハヤシライス<br>三色ソー<br>米粉のいちごクレープ            | 米じゃがいも なたね油<br>小麦粉 ラード さとう 米粉               | 牛乳 ぶた肉 ソーセージ<br>豆乳            | たまねぎ にんじん トマト<br>ほうれんそう いちご                              | 688         | 21.8    |
| 4                                | 水 | ○    | はちみつパン  | 牛乳  | マカロニスープ<br>ポークソテー トマトソース<br>粉ふきいも       | パン はちみつ マカロニ<br>さとう じゃがいも なたね油<br>小麦粉       | 牛乳 とり肉 ぶた肉                    | たまねぎ にんじん トマト<br>ほうれんそう とうもろこし<br>にんにく ぶなしめじ パセリ         | 591         | 26.2    |
| 5                                | 木 |      | ごはん     | 牛乳  | みそ汁<br>鶏肉の照り焼き<br>小松菜のごま和え              | 米 さとう ごま                                    | 牛乳 とうふ 油揚げ みそ<br>とり肉          | なす たまねぎ こまつな<br>にんじん                                     | 599         | 27.2    |
| 6                                | 金 |      | ホット中華めん | 牛乳  | たんたんめん<br>ぎょうざ<br>ミニトマト                 | 中華めん ごま なたね油<br>さとう 小麦粉                     | 牛乳 ぶた肉 みそ                     | チンゲンサイ えのきたけ<br>ながねぎ にんじん にんにく<br>しょうが トマト キャベツ          | 637         | 27.3    |
| 9                                | 月 |      | ごはん     | 牛乳  | わんたんスープ<br>スタミナ焼肉<br>冷凍みかん              | 米 なたね油 さとう<br>小麦粉                           | 牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ                 | たまねぎ ほうれんそう<br>にんじん ながねぎ にんにく<br>しょうが キャベツ もやし にら<br>みかん | 620         | 29.0    |
| 10                               | 火 |      | ごはん     | 牛乳  | せんべい汁<br>とんかつ<br>切り干し大根の煮物              | 米 せんべい なたね油<br>さとう パン粉 でんぶ                  | 牛乳 とり肉 ぶた肉<br>さつま揚げ           | ごぼう にんじん だいこん<br>ながねぎ こまつな 切干大根<br>えだまめ                  | 641         | 25.2    |
| 11                               | 水 | ○    | 子供パン    | 牛乳  | ミネストローネ<br>ポテトコロッケ<br>フレンチサラダ           | パン じゃがいも さとう<br>マカロニ なたね油 パン粉<br>オリーブ油      | 牛乳 とり肉 いんげん豆<br>ぶた肉           | たまねぎ にんじん ハブリカ<br>トマト かぼちゃ にんにく<br>キャベツ とうもろこし きゅうり      | 612         | 19.9    |
| 12                               | 木 | ○    | ごはん     | 牛乳  | 秋の香りごはん<br>なめこ汁<br>いわしのみぞれ煮             | 米 さつまいも なたね油<br>さとう                         | 牛乳 とり肉 とうふ みそ<br>いわし          | にんじん ぶなしめじ<br>しいたけ れんこん なめこ<br>たまねぎ ながねぎ だいこん            | 585         | 23.8    |
| 13                               | 金 |      | ソフトめん   | 牛乳  | ミートソースパゲティ<br>ほうれん草とウインナーのソテー<br>りんごゼリー | ソフトめん オリーブ油<br>小麦粉 ラード さとう<br>なたね油 大豆油 水 あめ | 牛乳 ぶた肉 レバー<br>ソーセージ           | にんじん たまねぎ エリンギ<br>にんにく ほうれんそう トマト<br>りんご                 | 654         | 25.4    |
| 17                               | 火 | ○    | ごはん     | 牛乳  | 里芋としめじのごはん<br>月見団子汁<br>かれのたつた揚げ         | 米 さといも さとう<br>なたね油 白玉もち<br>でんぶ 小麦粉          | 牛乳 油揚げ とり肉 かれい                | にんじん ぶなしめじ<br>だいこん ほうれんそう<br>ながねぎ                        | 611         | 23.6    |
| 18                               | 水 | ○    | ツイストパン  | 牛乳  | 野菜スープ<br>フランクフルトソーセージ<br>チリコンカン         | パン じゃがいも<br>オリーブ油 さとう                       | 牛乳 とり肉 大豆 ひよこ豆<br>ぶた肉 ソーセージ   | キャベツ にんじん たまねぎ<br>にんにく とうもろこし<br>しょうが トマト                | 588         | 25.9    |
| 19                               | 木 |      | ごはん     | 牛乳  | さつま汁<br>和風きのこハンバーグ<br>ひじきの煮物            | 米 さつまいも さとう<br>でんぶ なたね油                     | 牛乳 とり肉 とうふ みそ<br>ひじき 大豆 さつま揚げ | だいこん にんじん ながねぎ<br>ぶなしめじ えのきたけ<br>たまねぎ                    | 629         | 25.4    |
| 20                               | 金 |      | 地粉うどん   | 牛乳  | 秋味うどん<br>さつまいもの天ぷら<br>ブロッコリー            | うどん さとう さつまいも<br>小麦粉 なたね油<br>ドレッシング         | 牛乳 ぶた肉 油揚げ<br>かまぼこ            | なす にんじん ぶなしめじ<br>ながねぎ ほうれんそう<br>ブロッコリー                   | 608         | 21.8    |
| 24                               | 火 | ○    | ごはん     | 牛乳  | マーボー豆腐<br>しゅうまい<br>わかめともやしのごま油炒め        | 米 でんぶ ごま油 さとう<br>なたね油 ごま 小麦粉                | 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ<br>わかめ          | たまねぎ にんじん しいたけ<br>しょうが にんにく ながねぎ<br>もやし                  | 646         | 27.3    |
| 25                               | 水 | ○    | 黒パン     | 牛乳  | コーンポタージュ<br>鮭フライ<br>青菜のソテー              | パン 黒とう なたね油<br>コーンスターチ 小麦粉<br>パン粉 ラード       | 牛乳 じゃけ ベーコン<br>脱脂粉乳           | とうもろこし たまねぎ<br>こまつな にんじん パセリ                             | 640         | 25.5    |
| 鮮に豊富に含まれているビタミンDはカルシウムの吸収を促進します。 |   |      |         |     |                                         |                                             |                               |                                                          |             |         |
| 26                               | 木 |      | ごはん     | 牛乳  | みぞれ汁<br>豚肉のねぎみそ焼き<br>煮浸し                | 米 でんぶ さとう                                   | 牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ<br>かつお節         | にんじん ながねぎ だいこん<br>ほうれんそう はくさい<br>こまつな えのきたけ              | 590         | 23.3    |
| 27                               | 金 |      | ホット中華めん | 牛乳  | みそラーメン<br>にらまんじゅう<br>中華サラダ              | 中華めん ごま油 なたね油<br>ラード ドレッシング                 | 牛乳 ぶた肉 みそ<br>ハム               | キャベツ にんじん もやし<br>とうもろこし しょうが にら<br>にんにく だいこん きゅうり        | 659         | 25.1    |
| 30                               | 月 |      | ごはん     | 牛乳  | 豚汁<br>さばのピリ辛焼き<br>磯香和え                  | 米 さとう                                       | 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ<br>さば あおさ かつお節  | にんじん ごぼう だいこん<br>ながねぎ はくさい<br>ほうれんそう りんご                 | 599         | 25.4    |

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、マカダミアナッツ、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、学校をと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     |
| 10月分           | 9月30日(月)  |
| 11月分           | 10月31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

