



令和6年

12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
(新郷・南平センター献立)

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	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)
2	月	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん じゃがいもとわかめのみそ汁 いろどりたまご焼き	米 なたね油 さとう じゃがいも 植物油	牛乳 ぶた肉 凍り豆腐 わかめ みそ たまご	にんじん ながねぎ たまねぎ	613	22.2
3	火	ごはん	牛乳	わんたんスープ 肉団子の甘酢あんかけ 海藻サラダ	米 ごま油 なたね油 さとう でんぶん ドレッシング 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉 こんぶ わかめ ふのり	にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな もやし	618	19.1
4	水	子供パン スライス	牛乳	マカロニのクリームスープ ソースかつ ポイルキャベツ	パン マカロニ 小麦粉 ラード なたね油 さとう でんぶん パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ マッシュルーム キャベツ	643	27.5
5	木	ごはん	牛乳	すまし汁 さばの塩こうじ焼き きんぴられんこん	米 ごま なたね油 さとう	牛乳 さば とろろ わかめ さつま揚げ	えのきたけ ながねぎ ほうれんそう れんこん にんじん	588	22.3
6	金	ソフトめん	牛乳	スパゲティミートソース スパイシーポテト 枝豆のサラダ	ソフトめん なたね油 小麦粉 ラード でんぶん さとう じゃがいも ドレッシング	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんご トマト パセリ えだまめ もやし	602	23.9
9	月	ごはん	牛乳	だいこんと小松菜のみそ汁 豚肉のしょうが焼き おかかとかじのふりかけ	米 さとう ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ かつお節 ちりめんじゃこ	だいこん たまねぎ ながねぎ こまつな しょうが	619	26.6
10	火	ごはん	牛乳	玄米団子ののっぺい汁 いかのごまみそかけ ひじきのサラダ ゆずゼリー	米 玄米 さとも でんぶん さとう ごま ドレッシング 水あめ	牛乳 とり肉 いか みそ ひじき	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しょうが もやし えだまめ ゆず	594	24.9
11	水	バターロール	牛乳	白菜とウインナーのスープ ポテトコロッケ だいこんサラダ	パン なたね油 じゃがいも パン粉 ドレッシング	牛乳 ソーセージ ぶた肉 パン粉	にんじん たまねぎ はくさい とうもろこし にんにく だいこん えだまめ	593	18.4
今年度のテーマは「丈夫な体をつくらう！」2学期は「強い骨」									
12	木	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい ブロッコリーとわかめのナムル	米 さとう でんぶん ごま油 小麦粉 ドレッシング	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ わかめ	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	621	26.6
豆腐やわかめにはカルシウムが豊富に含まれ、しいたけに含まれるビタミンDはカルシウムの吸収を助けてくれます。									
13	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 野菜のかき揚げ りんご	うどん さとう なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん たまねぎ ほうれんそう りんご	629	20.6
16	月	麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ 型抜きチーズ	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ チーズ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	645	21.9
17	火	ごはん	牛乳	つくね汁 あじ塩竜田揚げ 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 でんぶん さとう	牛乳 とり肉 あじ 大豆	にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ ほうれんそう かぼちゃ	594	22.2
18	水	メロンパン	牛乳	オニオンスープ チキンナゲット 花野菜サラダ	パン なたね油 大豆油 小麦粉 植物油 ごま ドレッシング	牛乳 ベーコン とり肉 大豆	にんじん たまねぎ ブロッコリー カリフラワー パセリ	640	21.8
19	木	わかめごはん	牛乳	すいとん いわしのみぞれ煮 厚揚げの煮物	米 すいとん さとう	牛乳 とり肉 ぶた肉 いわし 油揚げ 厚揚げ わかめ	にんじん だいこん はくさい ながねぎ	657	26.9
20	金	キャロット ピラフ	牛乳	野菜スープ もみの木ハンバーグデミグラスソース ミニトマト 米粉のクリスマスチョコケーキ	米 なたね油 ラード さとう 米粉 ココア 加工油脂	牛乳 ベーコン とり肉 大豆 豆乳	たまねぎ にんじん キャベツ トマト とうもろこし	634	20.5

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。

・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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
12月分	12月2日(月)
1月分	1月6日(月)

・口座へのご入金、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



12月10日から16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

1970年代から1980年代にかけて、北朝鮮が多くの日本人を拉致しました。

「拉ち」は本人がのぞまないので連れ去ることです。川口市にも、
北朝鮮に拉ちされたまま、家族のもとへかえってこられていない方がいます。

拉致問題の動画チャンネルがあります。

YouTube公式動画チャンネルでは、アニメ「めぐみ」や
拉致被害者御家族のメッセージ動画などを配信しています。

YouTube <https://www.youtube.com/c/rachitachannel>



電子図書館もご利用ください。

「らちもんだいたいさくほんぶ電子図書館」

<https://web.d-library.jp/rachitai/>



問合せ・・・川口市福祉総務課(048-259-7929)

