



♡毎月19日は食育の日です♡

令和7年
1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
(新郷・南平センター献立)

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	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)	
9	木	○	ごはん	牛乳	豚ごぼろごはん お雑煮 厚焼きたまご	米 なたね油 さとう もち でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ とり肉 たまご かまぼこ	にんじん ごぼう えだまめ だいこん ながねぎ しいたけ ほうれんそう	631	25.8
10	金		地粉うどん	牛乳	ごまみそうどん 白身魚の磯香揚げ 枝豆のサラダ	うどん ごま なたね油 ドレッシング パン粉 でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ みそ ほき あおさ	にんじん ながねぎ ぶなしめじ ほうれんそう しいたけ えだまめ もやし	633	29.1
14	火	○	今年度のテーマは『丈夫な体をつくろう!』3学期は『免疫力アップ』							
			麦ごはん	牛乳	カレーライス 花野菜サラダ 乳酸菌飲料	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 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	644	20.1
			野菜にはビタミンCやビタミンAがたくさん含まれていて、ウイルスや細菌に負けない丈夫な体作りに役立ちます。							
15	水	○	米粉のいちごクレープは戸塚北小学校のリクエスト給食です。							
			クロワッサン	牛乳	押麦入り野菜スープ 花豆コロッケ 彩りソテー 米粉のいちごクレープ	パン じゃがいも 小麦 オリーブ油 なたね油 パン粉 やし油 米粉	牛乳 ソーセージ 白化豆 豆乳	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ いちご	665	19.5
16	木		ごはん	牛乳	川口さといものみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ れんこんとひじきのきんぴら	米 さといも さとう でんぶん ごま	牛乳 油揚げ みそ とうふ とり肉 ひじき	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう れんこん	635	19.7
17	金		ホット中華めん	牛乳	五目とろみそば ぎょうざ わかめのサラダ りんごゼリー	中華めん なたね油 でんぶん ドレッシング 小麦粉 水 あめ さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん はくさい ながねぎ もやし しょうが にんにく キャベツ とうもろこし りんご	610	23.8
20	月		ごはん	牛乳	かみなり汁 さばの塩こうじ焼き さといものうま煮	米 なたね油 さといも さとう	牛乳 とうふ さば	にんじん たまねぎ ながねぎ しいたけ ほうれんそう さやいんげん	596	22.1
21	火		ごはん	牛乳	いも団子汁 スタミナ焼肉 ミニトマト	米 じゃがいも でんぶん なたね油 さとう ごま	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ こまつな にら しょうが にんにく トマト	586	23.6
22	水	○	ツイストパン	牛乳 コーヒー 飲料	コーンポタージュ たこナゲット 小松菜のサラダ	パン さとう なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 脱脂粉乳 たこいか たら	たまねぎ とうもろこし こまつな にんじん もやし パセリ	678	21.2
23	木	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 海藻サラダ	米 さとう でんぶん ごま油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ こんぶ わかめ ふのり	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	616	26.1
24	金		揚げパンは神根東小学校のリクエスト給食です。							
			ソフトめん	牛乳	スバゲティボローニャソース きなこ揚げパン もも	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう でんぶん パン なたね油	牛乳 ぶた肉 きなこ	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく もも トマト	687	24.9
27	月		ごはん	牛乳	すいとん さけの塩焼き ほうれんそうの煮びたし	米 さといも すいとん さとう	牛乳 とり肉 さけ 油揚げ	にんじん だいこん はくさい ながねぎ ほうれんそう えのきたけ	599	29.7
28	火		ごはん	牛乳	豆腐のみそ汁 和風おろしハンバーグ ごぼうサラダ	米 さとう でんぶん ドレッシング	牛乳 とうふ 油揚げ わかめ みそ とり肉 大豆	たまねぎ だいこん ごぼう にんじん えだまめ	625	24.8
29	水	○	メロンパン	牛乳	冬野菜のクリームスープ 川口ポテトコロッケ コーンスローサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード パン粉 じゃがいも ドレッシング	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ はくさい ブロッコリー キャベツ とうもろこし	696	20.7
30	木		ごはん	牛乳	中華おこげスープ 肉団子の甘酢あんかけ ブロッコリー	米 おこげ でんぶん ごま油 さとう ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん キャベツ もやし にら たけのこ しいたけ しょうが ブロッコリー たまねぎ	614	19.7
31	金		地粉うどん	牛乳	きつねうどん 野菜のかき揚げ オレンジゼリー	うどん さとう なたね油 小麦粉 水 あめ	牛乳 油揚げ ぶた肉	にんじん たまねぎ ほうれんそう オレンジ	639	20.6

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。

給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
1月分	1月6日(月)
2月分	1月31日(金)

- ・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。



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

メンタルヘルスチェックシステム
「こころの体温計」で手軽にストレスチェックできます。
パソコンからは▶<https://fishowindex.jp/kawaguchi/>
※利用料無料(通信費は自己負担)

