



♡毎月19日は食育の日です♡

令和7年  
5月

# 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  
(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) |
| 1                  | 木 |      | 地粉うどん   | 牛乳  | カレーうどん<br>いかのかりんあげ<br>アセロラゼリー        | うどん なたね油 さとう<br>でんぶん 小麦粉 ラード                                   | 牛乳 ぶた肉 いか 油揚げ                    | にんじん たまねぎ<br>ほうれんそう<br>アセロラ                         | 774         | 32.7    |
| 2                  | 金 |      | 酢めし     | 牛乳  | ちらし寿司<br>すまし汁<br>厚焼きたまご<br>粕もち       | 米 さとう なたね油<br>水あめ 米粉                                           | 牛乳 とり肉 油揚げ とうふ<br>わかめ たまご あずき    | しいたけ にんじん かんぴょう<br>さやえんどう えのきたけ<br>ながねぎ ほうれんそう      | 836         | 26.9    |
| 7                  | 水 |      | ごはん     | 牛乳  | たけのこごはん<br>こしね汁<br>豚肉の元氣ソースがけ        | 米 さとう なたね油<br>でんぶん                                             | 牛乳 とり肉 油揚げ みそ<br>ぶた肉             | たけのこ にんじん だいこん<br>ごぼう ながねぎ しいたけ<br>にんにく しょうが        | 774         | 28.4    |
| 8                  | 木 |      | ソフトめん   | 牛乳  | スパゲティボローニャソース<br>ポテトコロッケ<br>ブロッコリー   | ソフトめん オリーブ油<br>小麦粉 ラード さとう<br>パン粉 でんぶん<br>じゃがいも なたね油<br>ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 とり肉                       | にんじん たまねぎ エリンギ<br>にんにく トマト<br>ブロッコリー                | 812         | 28.3    |
| 9                  | 金 |      | ごはん     | 牛乳  | 高野豆腐のそぼろごはん<br>つくね汁<br>さんまのしょうが煮     | 米 なたね油 さとう 水あめ                                                 | 牛乳 凍り豆腐 ぶた肉<br>とり肉 油揚げ さんま<br>大豆 | にんじん ながねぎ たまねぎ<br>だいこん ほうれんそう<br>しょうが               | 769         | 31.7    |
| 12                 | 月 | ○    | ロールパン   | 牛乳  | 野菜のクリームスープ<br>白身魚の香草フライ<br>ひじきのサラダ   | パン なたね油 小麦粉<br>ラード ドレッシング<br>パン粉                               | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳<br>ほき ひじき            | にんじん たまねぎ キャベツ<br>パジル もやし とうもろこし                    | 822         | 29.6    |
| 13                 | 火 |      | ごはん     | 牛乳  | すいとん<br>とんかつ<br>キャベツのサラダ             | 米 すいとん パン粉<br>なたね油<br>ドレッシング                                   | 牛乳 とり肉 油揚げ<br>ぶた肉 大豆粉            | にんじん だいこん はくさい<br>ながねぎ こまつな キャベツ<br>えだまめ もやし        | 789         | 30.0    |
| 14                 | 水 | ○    | 麦ごはん    | 牛乳  | カレーライス<br>海藻サラダ<br>乳酸菌飲料             | 米 麦 じゃがいも 小麦粉<br>ラード なたね油 さとう<br>ドレッシング                        | 牛乳 ぶた肉 豆腐 わかめ<br>脱脂粉乳 こんぶ<br>ふのり | たまねぎ にんじん しょうが<br>にんにく もやし                          | 791         | 24.6    |
| 15                 | 木 |      | ホット中華めん | 牛乳  | みそラーメン<br>春巻<br>ミニトマト                | 中華めん なたね油<br>小麦粉                                               | 牛乳 ぶた肉 みそ                        | キャベツ にんじん もやし<br>ながねぎ とうもろこし<br>しょうが にんにく トマト       | 770         | 28.0    |
| 16                 | 金 | ○    | ごはん     | 牛乳  | ジャンバラヤ<br>ラビオリスープ<br>オレンジゼリー         | 米 なたね油 小麦粉<br>パン粉 でんぶん さとう                                     | 牛乳 とり肉 ソーセージ<br>ぶた肉              | にんじん たまねぎ トマト<br>とうもろこし ほうれんそう<br>オレンジ              | 754         | 25.3    |
| 19                 | 月 | ○    | 黒パン     | 牛乳  | キャベツと肉団子のスープ<br>クリスピーチキン<br>小松菜のサラダ  | パン なたね油 小麦粉<br>ドレッシング でんぶん<br>植物油 黒とう                          | 牛乳 とり肉 ぶた肉                       | たまねぎ キャベツ にんじん<br>ほうれんそう こまつな もやし                   | 778         | 26.8    |
| 20                 | 火 |      | ごはん     | 牛乳  | 鶏ごぼうごはん<br>れんこん入りみそ汁<br>いわしのみぞれ煮     | 米 なたね油 さとう                                                     | 牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ<br>みそ いわし         | にんじん ごぼう しいたけ<br>えだまめ れんこん たまねぎ<br>こまつな だいこん        | 777         | 29.4    |
| 21                 | 水 |      | ごはん     | 牛乳  | いも団子汁<br>和風おろしハンバーグ<br>こんにゃくの炒め煮     | 米 じゃがいも でんぶん<br>さとう なたね油                                       | 牛乳 ぶた肉 油揚げ<br>とり肉 大豆             | にんじん だいこん ごぼう<br>ながねぎ こまつな たまねぎ<br>だいこん さやいんげん      | 774         | 29.1    |
| 今年度のテーマ『噛む力を育てよう！』 |   |      |         |     |                                      |                                                                |                                  |                                                     |             |         |
| 22                 | 木 |      | 地粉うどん   | 牛乳  | ごまみそうどん<br>子持ちししゃもフライ<br>切り干し大根のサラダ  | うどん なたね油 ごま<br>さとう パン粉 でんぶん<br>ドレッシング                          | 牛乳 とり肉 油揚げ みそ<br>ししゃも            | だいこん にんじん ながねぎ<br>ほうれんそう しいたけ<br>ぶなしめじ 切干大根<br>こまつな | 782         | 31.8    |
| 23                 | 金 | ○    | ごはん     | 牛乳  | マーボー豆腐<br>しゅうまい<br>わかめのサラダ           | 米 でんぶん ごま油 さとう<br>小麦粉 ドレッシング<br>なたね油                           | 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>キャベツ とうもろこし     | 775         | 31.9    |
| 26                 | 月 | ○    | ツイストパン  | 牛乳  | じゃがいもとウインナーのトマト煮<br>コーンフライ<br>温野菜サラダ | パン じゃがいも なたね油<br>さとう パン粉 小麦粉<br>ドレッシング                         | 牛乳 ソーセージ わかめ                     | にんじん たまねぎ エリンギ<br>ブロッコリー にんにく トマト<br>とうもろこし キャベツ    | 827         | 24.4    |
| 27                 | 火 |      | わかめごはん  | 牛乳  | 呉汁<br>あじの南蛮漬け<br>オレンジ                | 米 じゃがいも なたね油<br>でんぶん さとう                                       | 牛乳 わかめ ぶた肉 大豆<br>油揚げ みそ あじ       | にんじん だいこん ながねぎ<br>たまねぎ オレンジ                         | 773         | 31.7    |
| 28                 | 水 |      | ごはん     | 牛乳  | けんちん汁<br>白ごまつくね<br>きんぴられんこん          | 米 さといも なたね油 ごま<br>でんぶん さとう                                     | 牛乳 とうふ 油揚げ とり肉<br>さつま揚げ          | だいこん にんじん ごぼう<br>ながねぎ しょうが たまねぎ<br>れんこん             | 783         | 26.9    |
| 29                 | 木 |      | ホット中華めん | 牛乳  | 五目わんたんめん<br>揚げたこ焼き<br>彩りソテー          | 中華めん 小麦粉<br>なたね油 でんぶん<br>米粉 ごま油                                | 牛乳 ぶた肉 とり肉 たこ                    | たまねぎ にんじん もやし<br>ながねぎ ほうれんそう<br>キャベツ とうもろこし         | 775         | 27.6    |
| 30                 | 金 |      | ごはん     | 牛乳  | キムタクごはん<br>さつま汁<br>いろどりたまご焼き         | 米 なたね油 さつまいも<br>植物油 さとう                                        | 牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ<br>みそ たまご         | キムチ たくあん だいこん<br>にんじん                               | 790         | 30.9    |

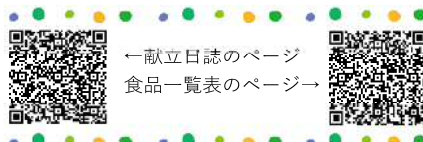
川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、マカダミアナッツ、やまいも、非加熱卵を使用している調味料類(マヨネーズ、タルタルソース、ドレッシング類)は提供しません。

- ・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。

・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   |
| 4、5月分          | 6月2日(月) |

- ・口座へのご入金は、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。



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

