



令和7年
6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	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	みそけんちん 豚肉のゆず香和え 白菜のおかか煮	米 さといも どんぶり なたね油 さとう	牛乳 みそ ぶた肉 油揚げ かつお節	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ ほうれんそう ゆず はくさい えのきたけ	630	26.8	
3	火	ごはん	牛乳	わかめスープ 川口みそのスタミナ焼肉 おさかなチップ	米 なたね油 さとう ごま 水あめ	牛乳 わかめ とうふ ぶた肉 みそ いわし	たまねぎ にんじん ながねぎ もやし にら しょうが にんにく	586	26.3	
4	水	コッペパン	牛乳	むさしのシチュー フランクフルトソーセージ チリコンカン	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー とうもろこし にんにく しょうが トマト	654	28.2	
5	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼きたまご ひじきの煮物	米 じゃがいも さとう なたね油 水あめ	牛乳 ぶた肉 たまご ひじき 油揚げ	たまねぎ にんじん えだまめ	647	25.5	
6	金	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ぎょうざ メロン	中華めん ごま なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	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 キャベツ メロン	642	26.9	
9	月	ごはん	牛乳	せんべい汁 和風きのこハンバーグ 切り干し大根の煮物	米 せんべい なたね油 さとう どんぶり	牛乳 とり肉 大豆 油揚げ	ごぼう にんじん だいこん ななめ しょうが にんにく えのきたけ ぶなしめじ 切干大根	622	23.8	
10	火	ごはん	牛乳	みぞれ汁 あじフライ 磯香和え	米 どんぶり パン粉 なたね油	牛乳 とり肉 あじ あおさ かつお節	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう ほうれんそう はくさい	589	23.7	
11	水	米粉入り シュガーパン	牛乳	コンソメスープ ポークストロガノフ フライドポテト	パン 米粉 なたね油 小麦粉 じゃがいも パーム油 さとう	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ にんにく ぶなしめじ トマト	593	25.6	
12	木	ごはん	牛乳	四川豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 さとう ごま油 どんぶり なたね油 小麦粉 ラー油	牛乳 とうふ ぶた肉	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが にんにく もやし こまつな	617	26.7	
13	金	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト ミニトマト	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 こまつな ながねぎ しいたけ トマト	586	20.1	
16	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 とり肉 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 こまつな ながねぎ	606	19.6	
17	火	ごはん	牛乳	まゆ玉汁 いわしのみぞれ煮 煮浸し	米 上新粉 どんぶり さとう	牛乳 みそ いわし 油揚げ かつお節	だいこん にんじん ながねぎ こまつな はくさい ほうれんそう	587	22.0	
18	水	子供パン	牛乳	コーンポタージュ クリスピーチキン 青菜のソテー	パン 小麦粉 ラード コーンスターチ なたね油	牛乳 とり肉 ベーコン 脱脂粉乳	とうもろこし たまねぎ パセリ こまつな にんじん	635	23.3	
19	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス ブロッコリー 手作りいちごケーキ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 パーム油 さとう なたね油 ごま ドレッシング 植物油 水あめ チョコレート	牛乳 ぶた肉 レバー たまご	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ブロッコリー いちご	713	20.2	
20	金	ホット中華めん	牛乳	豆腐ラーメン きなこ揚げパン わかめの中華炒め	中華めん どんぶり パン なたね油 さとう ごま ごま油	牛乳 ぶた肉 とうふ きなこ わかめ	にんじん ながねぎ ほうれんそう もやし	591	23.8	
23	月	ごはん	牛乳	いも団子汁 豚肉のねぎみそ焼き ソナと野菜の炒め物	米 じゃがいも どんぶり さとう なたね油	牛乳 油揚げ ぶた肉 みそ ツナ	こまつな だいこん にんじん ごぼう ながねぎ キャベツ ピーマン	619	22.5	
24	火	今年度のテーマは、「噛む力を育てよう!」です。							597	24.0
		ごはん	牛乳	具だくさんみそ汁 いかのサラサ揚げ おかかきんぴら	米 さといも さとう どんぶり なたね油 ごま	牛乳 凍りとうふ みそいか とり肉 かつお節	だいこん にんじん たまねぎ こまつな れんこん ごぼう			
おかかきんぴらには、食物繊維たっぷりのれんこん・ごぼうがたくさん入っているため、噛む回数が増え、噛む力を育てます。										
25	水	チーズパン	牛乳	マカロニスープ ナスとトマトのグラタン イタリアンサラダ	パン マカロニ なたね油 ショートニング じゃがいも ドレッシング	牛乳 チーズ とり肉	たまねぎ にんじん なす ほうれんそう とうもろこし トマト キャベツ きゅうり	612	22.0	
26	木	ごはん	牛乳	呉汁 鶏肉の照り焼き 小松菜のごま和え	米 じゃがいも なたね油 さとう ごま	牛乳 油揚げ 大豆 みそ とり肉	ごぼう にんじん だいこん こまつな	632	26.1	
27	金	地粉うどん	牛乳	むさしのうどん 大学いも いんげんとコーンのソテー	うどん さといも さとう さつまいも なたね油 水あめ ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん こまつな しいたけ えのきたけ ぶなしめじ ながねぎ きやいんげん とうもろこし	646	21.2	
30	月	ごはん	牛乳	大豆そぼろごはん すまし汁 さばのピリ辛焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 とうふ かまぼこ さば	にんじん しいたけ しょうが ほうれんそう えのきたけ りんご	632	28.6	

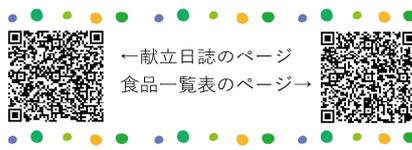
川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、マカダミアナッツ、やまいも、非加熱卵を使用している調味料類(マヨネーズ、タルタルソース、ドレッシング類)は提供しません。

- ・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。
- ・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。

・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	6月2日(月)
6月分	6月30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。



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

