



♡毎月19日は食育の日です♡

令和7年  
7月

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会  
自校調理小学校

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) |
| 1                        | 火 | 地粉うどん       | 牛乳  | 関西風肉うどん<br>枝豆のおこのみ揚げ<br>すいか             | うどん さとう なたね油<br>パン粉                   | 牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ           | にんじん ながねぎ みずな<br>キャベツ えだまめ すいか                        | 593         | 28.4    |
| 2                        | 水 | ごはん         | 牛乳  | ルーローハン<br>中華スープ                         | 米 なたね油 さとう ごま油<br>でんぶん                | 牛乳 ぶた肉 うずら卵<br>とり肉       | たまねぎ しょうが<br>チンゲンサイ にんじん<br>しいたけ ほうれんそう               | 594         | 29.3    |
| 今月のかむ力を育てるメニュー：あじのなんぼんつけ |   |             |     |                                         |                                       |                          |                                                       |             |         |
| 3                        | 木 | ごはん         | 牛乳  | あじのなんぼんつけ<br>けんちん汁<br>エコふりかけ            | 米 なたね油 さとう ごま<br>でんぶん                 | 牛乳 とうふ あじ<br>かつお節 油揚げ    | たまねぎ にんじん ビーマン<br>しょうが だいこん ごぼう<br>ながねぎ               | 586         | 25.5    |
| 4                        | 金 | はちみつパン      | 牛乳  | ポークのブラウンソース煮<br>こふさいも<br>ソーセージとキャベツのスープ | パン はちみつ なたね油<br>じゃがいも 小麦粉             | 牛乳 ぶた肉 ソーセージ             | たまねぎ マッシュルーム<br>にんじん キャベツ<br>ほうれんそう トマト               | 593         | 28.5    |
| 7                        | 月 | チキンピラフ      | 牛乳  | 星型コロケ<br>セタスープ<br>セタゼリー                 | 米 なたね油 オリーブ油<br>じゃがいも 米粉めん<br>パン粉 さとう | 牛乳 とり肉 ベーコン<br>かまぼこ      | たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム キャベツ<br>とうもろこし ぶどう               | 596         | 22.9    |
| 8                        | 火 | ホット中華めん     | 牛乳  | もやしラーメン<br>春巻                           | 中華めん なたね油 ごま油<br>小麦粉                  | 牛乳 ぶた肉                   | にんじん たまねぎ もやし<br>ほうれんそう                               | 623         | 21.9    |
| 9                        | 水 | 炊き込み<br>おこわ | 牛乳  | 厚焼きたまご<br>夏野菜のみそ汁                       | 米 もち米 なたね油 さとう<br>水あめ                 | 牛乳 とり肉 油揚げ<br>たまご みそ とうふ | にんじん しいたけ たまねぎ<br>さやいんげん なす かぼちゃ                      | 596         | 23.4    |
| 10                       | 木 | ごはん         | 牛乳  | 肉野菜炒め<br>わんたんスープ                        | 米 なたね油 わんたん                           | 牛乳 ぶた肉 とり肉               | たまねぎ にんじん たけのこ<br>もやし キャベツ ほうれんそう                     | 590         | 22.3    |
| 11                       | 金 | ツイストパン      | 牛乳  | ポテトのミートソースかけ<br>ベーコンスープ                 | パン じゃがいも なたね油                         | 牛乳 ぶた肉 ベーコン              | たまねぎ にんじん キャベツ<br>マッシュルーム しょうが<br>にんにく トマト にら         | 604         | 22.3    |
| 14                       | 月 | 麦ごはん        | 牛乳  | 夏野菜のカレー<br>フルーツカクテル                     | 米 麦 じゃがいも なたね油<br>小麦粉 ラード さとう<br>水あめ  | 牛乳 ぶた肉 チーズ<br>脱脂粉乳 寒天    | たまねぎ にんじん トマト なす<br>ビーマン しょうが にんにく<br>にがうり もも りんご ぶどう | 626         | 19.7    |
| 15                       | 火 | 地粉うどん       | 牛乳  | 沖縄そば<br>グルクンの立田揚げ<br>枝豆                 | うどん なたね油 でんぶん                         | 牛乳 ぶた肉 かまぼこ<br>グルクン      | にんじん キャベツ もやし<br>たまねぎ しょうが こねぎ<br>えだまめ                | 621         | 29.5    |
| 16                       | 水 | キムタク<br>ごはん | 牛乳  | 肉団子入り春雨スープ<br>①シューアイス<br>(代替食 みかんゼリー)   | 米 ごま油 でんぶん<br>はるさめ ショートニング<br>(さとう)   | 牛乳 ぶた肉 とり肉<br>練乳 たまご     | ながねぎ キムチ たくあん<br>たまねぎ にんじん もやし<br>ほうれんそう (みかん)        | 600         | 23.4    |

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。

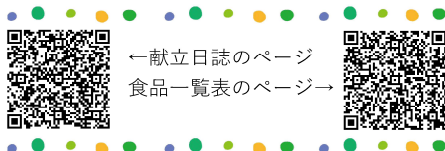
・①印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。

それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

◆川口市児童生徒体力向上推進委員会の咀嚼力の向上に関する研究と連携して、令和7年度は毎月「かむ力を育てるメニュー」を紹介します。かむ力を育てることは、さまざまな健康効果があります。日頃からよくかんで食べる習慣を身につけましょう。

| 次回給食費口座引落日のご案内 |          |
|----------------|----------|
| 対象給食月          | 口座振替日    |
| 6月分            | 6月30日(月) |
| 7月分            | 7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



## 夏休みおはなし会のお知らせ 川口市立図書館

ちょっと特別なおはなし会に参加してみませんか？

夏にぴったりの、夏休みおはなし会を、川口市立図書館で開催します♪

### ●中央

7月30日(水)～8月1日(金)  
幼児の部 14:00～14:30  
小学生の部 15:00～15:40  
5階 おはなしのへや 申込不要

### ●前川

7月23日(水)～25日(金)  
幼児の部 14:30～14:50  
小学生の部 15:00～15:30  
2階 おはなしのへや 申込不要

### ●鳩ヶ谷

7月18日(金)・19日(土)  
幼児の部 14:30～14:50  
小学生の部 15:00～15:30  
1階 おはなしのへや 申込不要

### ●横曽根

7月26日(土) ちょっとこわいおはなし会  
小学生の部 10:00～10:30  
幼児の部 10:40～11:10  
3階 おはなしの部屋 申込不要

### ●戸塚

7月17日(木)・7月18日(金)  
幼児の部 14:30～14:50  
小学生の部 15:00～15:30  
1階 おはなしのへや 申込不要

### ●芝園分室

7月18日(金)  
4歳～小学生 15:00～15:30  
子ども閲覧室 申込不要

### ●新郷

7月26日(土)  
幼児の部 14:30～14:50  
小学生の部 15:00～15:30  
8月5日(火) ちょっとこわいおはなし会  
小学生 14:30～15:10  
1階 日本間 申込不要

詳しくは、お近くの図書館へお尋ねいただくか、  
または図書館HPを  
ご覧ください♪

### ●芝北文庫

7月17日(木)  
小学生 14:30～15:15  
日本間3号 申込不要



図書館ホーム  
ページ

## 花火を安全に遊ぶポイント

- 1 風の強いときは花火をしない
- 2 燃えやすいものがなく、  
広くて安全な場所を選ぶ
- 3 子供だけでなく大人と一緒に遊ぶ
- 4 説明書をよく読み、  
注意事項を必ず守る
- 5 水バケツを用意し、  
使った花火は必ず水につける



## 子供の火遊びによる火災防止のポイント

- 1 子供だけを残して外出しない
- 2 ライターやマッチを子供の手の届くところに置かない
- 3 子供だけで火を取り扱わせない
- 4 火遊びをしているのを見かけたら注意する
- 5 火災の恐ろしさ・火の取扱いについて教育する

川口市消防局 予防課

