



令和7年

7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A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)
1	火	ごはん	牛乳	冬瓜のみそ汁 かれいの甘酢あんかけ ひじきの煮物	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とうふ みそ かれい ひじき 油揚げ	とうがん にんじん ながねぎ えだまめ しょうが	590	24.0
2	水	メロンパン	牛乳	オニオンスープ ポークソテーマトソース フレンチサラダ	パン オリーブ油 小麦粉 さとう なたね油	牛乳 ベーコン ぶた肉	にんじん たまねぎ パセリ にんにく ぶなしめじ トマト キャベツ とうもろこし きゅうり	668	23.6
3	木	わかめごはん	牛乳	肉じゃが 五目たまご焼き 煮浸し	米 じゃがいも さとう 植物油	牛乳 ぶた肉 わかめ たまご	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	659	23.4
4	金	ソフトめん	牛乳	ミートソースパゲティ チキンナゲット ほうれん草とコーンのソテー	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 レバー とり肉 大豆 おから	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく ほうれん草 とうもろこし トマト	705	29.0
7	月	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 セタ汁 星型ハンバーグ セタゼリー	米 なたね油 さとう そうめん でんぶん ラード	牛乳 油揚げ ぶた肉 とり肉 かまぼこ 大豆	にんじん さやえんどう ほうれん草 ながねぎ だいこん みかん ぶどう たまねぎ	681	25.6
8	火	ごはん	牛乳	豚汁 あじフライ こんにゃくの炒め煮	米 なたね油 さとう パン粉 でんぶん	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ とり肉 あじ	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ さやえんどう	626	26.6
9	水	ロールコッペ	牛乳	野菜スープ フランクフルトソーセージ チリコンカン	パン じゃがいも オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし にんにく しょうが トマト	598	25.9
10	木	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい わかめともやしのごま油炒め	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ごま 小麦粉	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 もやし	635	27.1
11	金	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 春巻 黄桃	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 小麦粉 さとう 植物油	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆乳	キャベツ もやし ながねぎ にんじん しょうが にんにく もも	633	23.3
14	月	ごはん	牛乳	かぼちゃ団子汁 とんかつ 切り干し大根の煮物	米 なたね油 さとう じゃがいも でんぶん パン粉	牛乳 油揚げ ぶた肉 さつま揚げ	こまつな だいこん にんじん ごぼう 切干大根 かぼちゃ	587	20.7
15	火	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス シーフードサラダ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 パーム油 なたね油 オリーブ油 さとう	牛乳 ぶた肉 レバー えび いか	たまねぎ にんじん なす さやいんげん トマト きゅうり しょうが にんにく キャベツ パプリカ	596	19.0
16	水	ツイストパン	牛乳	ミネストローネ フライドチキン 三色ソテー 豆乳入りもちアイス	パン じゃがいも さとう マカロニ なたね油 小麦粉 でんぶん もち粉	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉 豆乳	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく しょうが ほうれん草 とうもろこし	618	34.2

今年度のテーマは、「かむ力を育てよう!」です。

かぼちゃ団子汁には、だいこん、にんじん、ごぼうなどの根菜類が使用されていて、かみ応え抜群です。

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
6月分	6月30日(月)
7月分	7月31日(木)

- ・口座へのご入金、振替前日までをお願いいたします。
- ・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

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

