



令和7年  
11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  
自校調理中学校

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) |
| 4 火                | 麦ごはん           | 牛乳  | カレーライス<br>温野菜サラダ<br>乳酸菌飲料                          | 米 麦 じゃがいも<br>小麦粉 ラード なたね油<br>ドレッシング さとう                     | 牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ<br>脱脂粉乳                | たまねぎ にんじん しょうが<br>にんにく キャベツ<br>とうもろこし                        | 796          | 24.4     |
| 今年度のテーマ『噛む力を育てよう！』 |                |     |                                                    |                                                             |                                      |                                                              |              |          |
| 5 水                | ごはん            | 牛乳  | たっぷりきのこのあんかけスープ<br>鶏肉のねぎみそ揚げ<br>きんぴられんこん           | 米 でんぶん なたね油<br>さとう                                          | 牛乳 とうふ とり肉 みそ<br>さつま揚げ               | ぶなしめじ えのきたけ<br>まいたけ しいたけ にんじん<br>たまねぎ しょうが こまつな<br>ながねぎ れんこん | 744          | 29.4     |
| 6 木                | ゆで<br>スパゲティ    | 牛乳  | スパゲティボローニャソース<br>川口ポテトコロケ<br>小松菜のサラダ               | スパゲティ オリーブ油<br>小麦粉 ラード でんぶん<br>じゃがいも パン粉 さとう<br>なたね油 ドレッシング | 牛乳 ぶた肉                               | にんじん たまねぎ エリンギ<br>にんにく こまつな もやし<br>トマト                       | 835          | 28.4     |
| 7 金                | 酢めし            | 牛乳  | 鉄骨ちらし<br>鯖物汁<br>川口しょうが入りウインナー                      | 米 なたね油 さとう ごま油                                              | 牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき<br>えび とうふ みそ<br>ソーセージ | にんじん たまねぎ ながねぎ<br>しょうが                                       | 745          | 27.8     |
| 10 月               | はちみつパン         | 牛乳  | じゃがいもとウインナーのトマト煮<br>白身魚の香草フライ<br>花野菜サラダ            | パン はちみつ じゃがいも<br>なたね油 さとう パン粉<br>ドレッシング                     | 牛乳 ソーセージ ほき                          | にんじん たまねぎ エリンギ<br>グリーンピース にんにく トマト<br>ブロッコリー カリフラワー<br>パプリカ  | 768          | 27.6     |
| 11 火               | 子供パン           | 牛乳  | コーンポタージュ<br>照り焼きバーガー<br>ごぼうサラダ                     | パン なたね油<br>小麦粉 ラード さとう<br>でんぶん ごまドレッシング                     | 牛乳 とり肉 ぶた肉<br>脱脂粉乳                   | たまねぎ とうもろこし パセリ<br>ごぼう にんじん えだまめ                             | 777          | 28.7     |
| 12 水               | ごはん            | 牛乳  | マーボー豆腐<br>しゅうまい<br>もやしと小松菜の炒め物                     | 米 でんぶん ごま油 さとう<br>なたね油 小麦粉                                  | 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ                        | 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>もやし こまつな                 | 753          | 34.0     |
| 13 木               | 地粉うどん          | 牛乳  | おっきりこみ<br>みそポテト<br>りんご                             | うどん さとう じゃがいも<br>小麦粉 なたね油                                   | 牛乳 とり肉 油揚げ みそ                        | にんじん だいこん ほうさい<br>しいたけ ながねぎ りんご                              | 746          | 24.5     |
| 17 月               | 米粉入り<br>シュガーパン | 牛乳  | むさしのシチュー<br>川口さといもコロケ<br>コーンスローサラダ                 | パン さつまいも なたね油<br>小麦粉 ラード パン粉<br>さといも ドレッシング<br>米粉 さとう       | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳<br>おから                   | にんじん たまねぎ<br>ブロッコリー キャベツ<br>とうもろこし                           | 762          | 22.1     |
| 18 火               | ごはん            | 牛乳  | かてめし<br>いも団子汁<br>さばのみそ煮                            | 米 なたね油 さとう<br>じゃがいも でんぶん                                    | 牛乳 とり肉 油揚げ<br>凍りとうふ さば みそ            | ごぼう にんじん しいたけ<br>だいこん ながねぎ こまつな                              | 763          | 26.2     |
| 19 水               | ごはん            | 牛乳  | 東松山風焼きとん井<br>けんちん汁<br>青のりポテト                       | 米 なたね油 さとう ごま油<br>ごま さといも じゃがいも                             | 牛乳 ぶた肉 みそ とうふ<br>油揚げ あおさ             | たまねぎ しょうが にんにく<br>ながねぎ だいこん にんじん<br>ごぼう                      | 760          | 29.5     |
| 20 木               | 蒸し中華めん         | 牛乳  | 五目ラーメン<br>深谷ねぎぎょうざ<br>小松菜ともやしのナムル                  | 中華めん ごま油 でんぶん<br>なたね油 ドレッシング<br>小麦粉                         | 牛乳 ぶた肉                               | にんじん キャベツ ながねぎ<br>ほうれんそう こまつな もやし                            | 813          | 31.0     |
| 21 金               | ごはん            | 牛乳  | じゃがいもとわかめのみそ汁<br>和風おろしハンバーグ<br>きんぴらごぼう             | 米 じゃがいも さとう<br>でんぶん なたね油 ごま                                 | 牛乳 油揚げ わかめ みそ<br>とり肉 ぶた肉 さつま揚げ       | たまねぎ にんじん だいこん<br>ごぼう                                        | 747          | 26.3     |
| 25 火               | ツイストパン         | 牛乳  | 押麦入り野菜スープ<br>ミートボールのトマトソースがけ<br>コーンサラダ<br>川口いちごゼリー | パン じゃがいも 大麦<br>オリーブ油 さとう<br>でんぶん ドレッシング                     | 牛乳 ソーセージ とり肉<br>ぶた肉 わかめ              | にんじん たまねぎ にんにく<br>トマト とうもろこし いちご<br>レモン                      | 747          | 26.5     |
| 26 水               | ごはん            | 牛乳  | ごまみそ汁<br>秩父風わらじかつ<br>ポイルキャベツ                       | 米 じゃがいも ごま<br>なたね油 さとう<br>パン粉 でんぶん                          | 牛乳 大豆 みそ ぶた肉                         | にんじん だいこん ながねぎ<br>こまつな キャベツ                                  | 751          | 27.7     |
| 27 木               | 地粉うどん          | 牛乳  | ねぎまうどん<br>ゼリーフライ<br>寄居町みかんゼリー                      | うどん なたね油<br>じゃがいも 小麦粉<br>さとう                                | 牛乳 とり肉 油揚げ なたね<br>おから                | ながねぎ にんじん<br>ほうれんそう しょうが<br>みかん                              | 749          | 25.5     |
| 28 金               | ごはん            | 牛乳  | 彩の国汁<br>白ごまつくね<br>こんにゃくの炒め煮                        | 米 さといも なたね油<br>さとう でんぶん ごま                                  | 牛乳 ぶた肉 とうふ とり肉                       | ほうさい にんじん こまつな<br>ながねぎ さやいんげん<br>たまねぎ                        | 747          | 27.0     |

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     |
| 11月分           | 10月31日(金) |
| 12月分           | 12月1日(月)  |

- ・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

