♡毎月19日は食育の日です♡



令和7年 **11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(元郷センター書中学校

川口市マスコット「きゅぽらん」 (元郷センター献立) ※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。 献 В 曜 おもにエネルギーの おもに体をつくる おもに体の調子を エネルギ たん白質 主 食 飲み物 *ځ*۱ ਰ お 整えるもとになる食品 もとになる食品 もとになる食品 今年度のテーマは、 「噛む力を育てよう! 」です。 ごま油 さとう さといも 牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉 だいこん ごぼう にんじん かてめし なたね油 パン粉 いか 大豆 いたけ はくさい こまつな 火 牛乳. 749 ごはん 246 彩の国汁 ながねぎ <u>ハかメンチカツ</u> 彩の国汁は、さといも 小松菜などの野菜と豚肉が入っている汁で、よく噛み、味わって食べられるよう具沢山になっています。 牛乳 ぶた肉 レバ たまねぎ にんじん しょうが 米 麦 じゃがいも カレーライス -セージ いわし 小麦粉 パーム油 さとう にんにく ほうれんそう 麦ごはん 牛乳 三色ソテー 760 25.3 5 水 なたね油 おさかなチップ ソフトめん 小麦粉 ラー 生乳 ぶた肉 とり肉 ートソーススパゲティ にんにく たまねぎ にんじん さとう なたね油 エリンギトマト 大豆 おから 6 木 ソフトめん 牛乳 チキンナゲット 836 34.5 ごま ドレッシング ブロッコリー 鉄骨ちらし 米 ごま さとう ごま油 牛乳 油揚げ ひじき えび にんじん たまねぎ なたね油 でんぷん とうふ みそ たまご ほうれんそう いちご 鋳物汁 金 酢めし 牛乳 757 24.4 厚焼きたまこ <u>川口いちごゼリ</u> パン マカロニ オリーブ油 牛乳 ソーセージ キャベツ たまねぎ にんじん ミネストローネ さとう なたね油 じゃがいも パプリカ トマト かぼちゃ 川口ポテトコロッケ 10 月 ロールパン 770 21.4 にんにく ほうれんそう パン粉 ほうれん草とコーンのソテー とうもろこし ペン さつまいも なたね油 牛乳 とり肉 ぶた肉 ブロッコリー にんじん トマト むさしのシチュー たまねぎ にんにく ぶなしめじ 小麦粉 ラード さとう 脱脂粉乳 火 子供パン 牛乳 豚肉のトマトソースがけ 775 29.3 ミレッドハング キャベツ きゅうり パプリカ イタリアンサラダ 米 なたね油 さとう にんじん ほうれんそう 豚汁 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ ペン粉 でんぷん とり肉 納豆 あじ ながねぎ だいこん あじフライ 牛乳 12 水 ごはん さやえんどう 800 34.7 こんにゃくの炒め煮 うどん さといも じゃがいも 牛乳とり肉 油揚げ みそ にんじん だいこん こまつな おっきりこみ 小麦粉 なたね油 さとう ながねぎ しいたけ キャベツ 牛乳 13 木 地粉うどん みそポテト 748 27.3 ラビオリスープ パン さとう じゃがいも 牛乳 ハム ぶた肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり ノンエッグマヨネーズ とり肉 大豆 17 月 ツイストパン 牛乳 ハンバーグケチャップソース 27.8 746 小麦粉 パン粉 ポテトサラダ Κ じゃがいも なたね油 牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 う にんじん だいこん さとう 小麦粉 みそ わかめ おから ながねぎ ほうれんそう 火 わかめごはん 牛乳 ゼリーフライ 23.9 18 746 えのきたけ 煮浸し 牛乳 みそ いわし ひじき だいこん にんじん ながねぎ まゆ玉汁 米 なたね油 さとう 上新粉 でんぷん ぶた肉 油揚げ ほうれんそう えだまめ 牛乳 19 水 ごはん いわしのみぞれ煮 748 26.1 ひじきの煮物 長崎ちゃんぽん 中華めん なたね油 牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆 はくさい ながねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな ホット中華めん でんぷん ごま油 20 木 深谷ねぎぎょうざ 33.4 たまねぎ キャベツ 中華風野菜炒め 牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 えのきたけ しいたけ たまねき 米 トック なたね油 さとう トック入りス-ま油 大豆油 みそ 豆乳 にんじん ながねぎ キムチ 抹茶 金 牛到 747 289 ごはん 21 豚キムチ炒め キャベツ にら しょうが にんにく 狭山茶豆乳プリン パン 黒とう じゃがいも キャベツ にんじん たまねき 牛乳 とり肉 ソーヤーシ 小麦粉 ごま なたね油 大豆 ひよこ豆 ぶた肉 ほうれんそう とうもろこし ウインナーの香味揚げ 25 火 黒パン 牛乳 762 28.1 オリーブ油 さとう にんにく しょうが トマト チリコンカ: マーボー豆腐 米 ごま油 さとう なたね油 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ でんぷん ラー油 小麦粉 ょうが にんにく ながねぎ 26 水 ごはん 牛乳 しゅうまい 752 29.8 もやし ほうれんそう もやしのナ うどん さといも さとう 牛乳 ぶた肉 油揚け にんじん こまつな しいたけ むさしのうどん つまいも 小麦粉 えのきたけ ぶなしめじ 牛乳 27 木 地粉うどん さつまいもの天ぷら 748 25.0 なたね油 ごま ながねぎ さやいんげん <u>、んげんのごま和え</u>

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。

米 じゃがいも でんぷん

なたね油 さとう

牛乳 とり肉 さば ぶた肉

・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。

さばのカレーしょうゆ焼き

切り干し大根の煮物

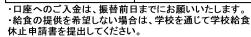
・おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いします。

いも団子汁

・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)

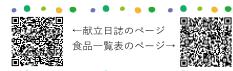
牛乳



詳しくは、学校にお問合せください。

ごはん

28 金



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

だいこん にんじん かがわき

はくさい 切干大根 えだまめ



26.1

746