



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
センター調理中学校
(元郷センター献立)

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)
4 火	今年度のテーマは、「噛む力を育てよう!」です。							
	ごはん	牛乳	かてめし 彩の国汁 いかメンチカツ	米 ごま油 さとう さいとも なたね油 パン粉	牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉 いか 大豆	だいこん ごぼう にんじん しいたけ ほうさい こまつな ながねぎ	749	24.6
彩の国汁は、さいとも、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。								
5 水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 三色ソテー おさかなチップ	米 麦じゃがいも 小麦粉 パーム油 さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 レバー ソーセージ いわし	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう	760	25.3
6 木	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ チキンナゲット ブロッコリー	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油 ごまドレッシング	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆 おから	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト ブロッコリー	836	34.5
7 金	酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鰯物汁 厚焼きたまご 川口いちごゼリー	米 ごま さとう ごま油 なたね油 でんぶん	牛乳 油揚げ ひじき えび とうふ みそ たまご	にんじん たまねぎ ほうれんそう いちご レモン	757	24.4
10 月	ロールパン	牛乳	ミネストローネ 川口ポテトコロッケ ほうれん草とコーンのソテー	パン マカロニ オリーブ油 さとう なたね油 じゃがいも パン粉	牛乳 ソーセージ いんげん豆	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 ほうれんそう とうもろこし	770	21.4
11 火	子供パン	牛乳	むさしのシチュー 豚肉のトマトソースがけ イタリアンサラダ	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード さとう ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	ブロッコリー にんじん トマト たまねぎ にんにく ぶなしめじ キャベツ きゅうり パプリカ	775	29.3
12 水	ごはん	牛乳	豚汁 あじフライ こんにゃくの炒め煮 納豆	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 納豆 あじ	にんじん ほうれんそう ながねぎ だいこん さやえんどう	800	34.7
13 木	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト ツナサラダ	うどん さいとも じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ みそ ツナ	にんじん だいこん こまつな ながねぎ しいたけ キャベツ	748	27.3
17 月	ツイストパン	牛乳	ラビオリスープ ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ	パン さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 小麦粉 パン粉	牛乳 ハム ぶた肉 とり肉 大豆	たまねぎ にんじん ほうれんそう きゅうり	746	27.8
18 火	わかめごはん	牛乳	呉汁 ゼリーフライ 煮浸し	米 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ わかめ おから	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう えのきたけ	746	23.9
19 水	ごはん	牛乳	まゆ玉汁 いわしのみぞれ煮 ひじきの煮物	米 なたね油 さとう 上新粉 でんぶん	牛乳 みそ いわし ひじき ぶた肉 油揚げ	だいこん にんじん ながねぎ ほうれんそう えだまめ	748	26.1
20 木	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 深谷ねぎぎょうざ 中華風野菜炒め	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆 乳 ハム	ほうさい ながねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな たまねぎ キャベツ	745	33.4
21 金	ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚キムチ炒め 狭山茶豆腐プリン	米 トック なたね油 さとう ごま油 大豆油	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ 豆乳	えのきたけ しいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ キムチ 抹茶 キャベツ にら しょうが にんにく	747	28.9
25 火	黒パン	牛乳	野菜スープ ウインナーの香味揚げ チリコンカン	パン 黒とう じゃがいも 小麦粉 ごま なたね油 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 ほうれんそう とうもろこし にんにく しょうが トマト	762	28.1
26 水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 ごま油 さとう なたね油 でんぶん ラー油 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 しょうが にんにく ながねぎ もやし ほうれんそう	752	29.8
27 木	地粉うどん	牛乳	むさしのうどん さつまいもの天ぷら いんげんのごま和え	うどん さいとも さとう さつまいも 小麦粉 なたね油 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 さやいんげん	748	25.0
28 金	ごはん	牛乳	いも団子汁 さばのカレーしょうゆ焼き 切り干し大根の煮物	米 じゃがいも でんぶん なたね油 さとう	牛乳 とり肉 さば ぶた肉	だいこん にんじん ながねぎ ほうさい 切干大根 えだまめ	746	26.1

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

