



♡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)
4	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう 小麦粉 なたね油 ラー油	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 こまつな	627	27.0
5	水	米粉入り シュガーパン	牛乳	オニオンスープ 川口ポテトコロッケ フレンチサラダ	パン 米粉 オリーブ油 じゃがいも パン粉 なたね油 さとう	牛乳 ベーコン	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり	603	17.0
6	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス マカロニサラダ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 パーム油 なたね油 マカロニ さとう ノンエッグマヨネーズ	牛乳 ぶた肉 レバー ハム	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ	637	19.4
7	金	地粉うどん	牛乳	むさしのうどん ゼリーフライ ブロッコリー	うどん さいとも さとう じゃがいも 小麦粉 なたね油 ごまドレッシング	牛乳 ぶた肉 油揚げ おから	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 ブロッコリー	601	23.0
10	月	酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鯖物汁 さばのピリ辛焼き 川口いちごゼリー	米 ごま さとう ごま油 でんぶん	牛乳 油揚げ ひじき えび とうふ みそ さば	にんじん たまねぎ だいこん ほうれんそう ながねぎ りんご いちご レモン	680	24.1
11	火	ごはん	牛乳	みぞれ汁 とんかつ 煮浸し 納豆	米 でんぶん パン粉 なたね油	牛乳 とり肉 ぶた肉 大豆 油揚げ かつお節 納豆	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう はくさい ほうれんそう	644	25.5
12	水	黒パン	牛乳	マカロニスープ チーズオムレツ ウイナービーンズ	パン 黒とう マカロニ なたね油 さとう	牛乳 とり肉 たまご チーズ ソーセージ 大豆	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし	590	26.5
13	木	マーブル 食パン	牛乳	コーンポタージュ ハンバーグケチャップソース 三色ソテー	パン ココア 小麦粉 ラード なたね油 さとう	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 大豆 ソーセージ	とうもろこし たまねぎ パセリ ほうれんそう にんじん	596	24.2
今年度のテーマは、「噛む力を育てよう!」です。									
17	月	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 パン粉 なたね油	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 はくさい こまつな ながねぎ	588	20.7
いかメンチカツには、いかの身がゴロゴロ入っているので、食感を味わってよく噛んで食べましょう。									
18	火	ごはん	牛乳	白菜と肉団子のスープ 中華風チキンソテー エリンギの炒め物	米 でんぶん はるさめ ごま ごま油 さとう なたね油	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	はくさい ほうれんそう にんじん しょうが たまねぎ にんにく エリンギ パプリカ	603	27.1
19	水	クロワッサン	牛乳	ミネストローネ チキンナゲット キャベツソテー	パン じゃがいも さとう マカロニ オリーブ油 なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉 大豆 おから ソーセージ	はくさい たまねぎ にんじん トマト かぼちゃ にんにく キャベツ	594	21.5
20	木	ごはん	牛乳	まゆ玉汁 いわしのみぞれ煮 厚揚げのピリ辛炒め	米 上新粉 でんぶん なたね油 さとう	牛乳 みそ いわし 厚揚げ ぶた肉	だいこん にんじん ながねぎ こまつな しょうが にんにく たまねぎ にら	620	24.2
21	金	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト ミニトマト	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 みそ	にんじん だいこん こまつな ながねぎ しいたけ トマト	586	20.1
25	火	ごはん	牛乳	わかめスープ スタミナ焼肉 さつまいもチップス	米 なたね油 さとう ごま さつまいも 植物油	牛乳 わかめ とうふ ぶた肉 みそ	たまねぎ にんじん ながねぎ もやし にら しょうが にんにく	586	23.8
26	水	食パン チョコレートクリーム	牛乳	コンソメスープ ポークストロガノフ フライドポテト	パン チョコレートクリーム なたね油 小麦粉 じゃがいも パーム油	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ にんにく ぶなしめじ トマト	616	23.3
27	木	コッペパン	牛乳	むさしのシチュー フランクフルトソーセージ チリコンカン	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー にんにく しょうが トマト	631	26.9
28	金	ホット中華めん	牛乳	豆腐ラーメン 深谷ねぎぎょうざ わかめともやしのごま油炒め	中華めん でんぶん 小麦粉 なたね油 ごま ごま油	牛乳 ぶた肉 とうふ わかめ	にんじん ながねぎ キャベツ ほうれんそう もやし	597	23.8

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
11月分	10月31日(金)
12月分	12月1日(月)

- ・口座へのご入金、振替前日までにお願いたします。
- ・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

