



令和7年

12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)
今年度のテーマは「噛む力を育てよう！」								
1月	子供パン	牛乳	パン・キンポウゲジュ さけフライ れんこんサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング パン粉 植物油	牛乳 ベーコン さけ 脱脂粉乳	たまねぎ かぼちゃ にんじん れんこん とうもろこし	791	29.6
2火	ごはん	牛乳	キムタクごはん まゆ玉汁 いろどりたまご焼き	米 なたね油 ごま油 玄米 植物油 さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ たまご	キムチ たくあん だいこん にんじん ごぼう こまつな ながねぎ	750	25.0
3水	麦ごはん	牛乳	冬野菜のカレーライス 温野菜サラダ 乳酸菌飲料	米 小麦粉 ラード なたね油 ごま ドレッシング さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん だいこん れんこん しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	773	23.9
4木	蒸し中華めん	牛乳	五目とろみそば 春巻 ミニトマト	中華めん なたね油 でんぶん 小麦粉 ごま油	牛乳 ぶた肉	にんじん はくさい もやし ながねぎ しょうが にんにく トマト	826	26.1
5金	ごはん	牛乳	じゃがいものみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ ひじきツナ炒め	米 じゃがいも さとう でんぶん	牛乳 油揚げ みそ とり肉 大豆 とうふ ツナ ひじき	たまねぎ ながねぎ にんじん こまつな	747	23.8
8月	メロンパン	牛乳	はくさいと肉団子のスープ ソーセージチャップソース 枝豆のサラダ	パン さとう でんぶん ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 ソーセージ	はくさい にんじん とうもろこし ほうれんそう えだまめ もやし たまねぎ	748	26.1
9火	チーズパン	牛乳	野菜スープ メンチカツ ブロッコリーと根菜のサラダ	パン なたね油 ドレッシング パン粉	牛乳 ベーコン ぶた肉 チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし ブロッコリー だいこん セロリ	764	29.7
西中学校生徒が考えた献立				米 小麦 なたね油 でんぶん 米粉めん 米粉 さとう やし油	牛乳 ぶた肉 大豆 とり肉 豆乳	にんにく にんじん たまねぎ トマト はくさい えのきたけ こまつな とうもろこし しょうが キャベツ いちご	769	25.5
10水	麦ごはん	牛乳	タコライス しょうが入りスープ 蒸しキャベツ 米粉のいちごクレープ	米 小麦 なたね油 でんぶん 米粉めん 米粉 さとう やし油	牛乳 ぶた肉 大豆 とり肉 豆乳	にんにく にんじん たまねぎ トマト はくさい えのきたけ こまつな とうもろこし しょうが キャベツ いちご	769	25.5
11木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 大学いも みかん	うどん さとう さつまいも なたね油 水あめ ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな みかん	775	24.5
12金	わかめごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 さばの辛味焼き さといものうま煮	米 ごま さといも なたね油 さとう 水あめ	牛乳 油揚げ みそ さば とり肉 わかめ	切干大根 にんじん ながねぎ こまつな さやいんげん	808	30.3
15月	ツイストパン	牛乳	野菜のクリームスープ ミートかぼちゃフライ ごぼうサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング パン粉 じゃがいも	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ はくさい ごぼう えだまめ かぼちゃ	786	25.4
元郷中学校生徒が考えた献立				米 じゃがいも でんぶん なたね油 植物油 さとう	牛乳 ソーセージ とり肉 あおりのたまご	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ しょうが ほうれんそう にんにく みかん	786	28.1
16火	ごはん	牛乳	ポトフ 鶏ののり塩から揚げ ほうれんそうとたまご炒め みかんゼリー	米 小麦 なたね油 でんぶん なたね油 植物油 さとう	牛乳 ソーセージ とり肉 あおりのたまご	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ しょうが ほうれんそう にんにく みかん	786	28.1
17水	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん せんべい汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう せんべい	牛乳 凍り豆腐 ぶた肉 とり肉 油揚げ いわし	にんじん ながねぎ しいたけ はくさい だいこん	757	31.0
18木	ゆで スパゲティ	牛乳	ごぼうにやみートソーススパゲティ コーンフライ 海藻サラダ	スパゲティ さとう でんぶん なたね油 ごま ドレッシング パン粉 小麦粉 オリーブ油	牛乳 ぶた肉 こんぶ わかめ ふのり トマト もやし とうもろこし	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん パセリ トマト もやし とうもろこし	811	29.3
19金	ごはん	牛乳	かぼちゃのみそ汁 白ごまつくねのゆずソースがけ こんにやくの炒め煮	米 さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 油揚げ みそ とり肉	かぼちゃ たまねぎ こまつな ゆず にんじん さやいんげん	771	27.3
22月	フラワー ロール	牛乳	マカロニスープ クリスピーチキン 花野菜サラダ 米粉のクリスマスチョコケーキ	パン マカロニ なたね油 ドレッシング パン粉 米粉 ココア さとう やし油	牛乳 ベーコン とり肉 豆乳	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし ほうれんそう ブロッコリー カリフラワー	809	26.0

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。



←献立日誌のページ
食品一覧表のページ→



給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
12月分	12月1日(月)
1月分	1月5日(月)

・口座へのご入金、振替前日までお願いいたします。
・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。

12月10日から16日は
「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

1970年代から1980年代にかけて、
北朝鮮が多くくの日本人を拉ちました。
「らち」は本人がのぞまないのでに連れ去ることです。
川口市にも、北朝鮮にらちされたまま、家族のもとへ
かえってこられていない方がいます。
「らちもんだい」は昔の話、ではありません。
問合せ・川口市福祉総務課(048-259-7929)

福祉総務課ホームページ→



科学展示室

特別展

シン 忍者展

一 忍術を科学で学べ！

【開催期間】
12月13日(土) ▶▶▶ 2月8日(日)

戦国の世を生き抜いた 忍者の
知識や知恵が、現代社会を生き抜く
ためのヒントとなる！

君も忍者に
なれる！

プラネタリウム

一般投影番組

12月13日(土)より
投影開始！

スペースオアシス

宇宙に存在する水

スペース
オアシス

宇宙に存在する水

わたしたちが生きていくために必要不可欠な「水」。地球に豊富に存在している水は、他の太陽系の星にも存在するのでしょうか。さあ、広大な太陽系をめぐり、水を探美しい旅へ出かけていきましょう。

投影日時などの詳細は
科学館ホームページをご確認ください。