



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
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「きゅばらん」

※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)
1	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス フルーツポンチ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう 水あめ	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん トマト もも りんご みかん ぶどう	611	16.9
2	火	ごはん	牛乳	さつま汁 いわしのみぞれ煮 こんにやくの炒め煮	米 さつまいも なたね油 さとう	牛乳 とり肉 とろろ みそ いわし ぶた肉	だいこん にんじん ながねぎ さやえんどう	587	24.7
3	水	ツイストパン	牛乳	野菜スープ メンチカツ いんげんとベーコンのソテー	パン じゃがいも なたね油 パン粉	牛乳 とり肉 ベーコン ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ さやいんげん	593	25.1
4	木	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 なたね油 小麦粉	牛乳 とろろ 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	626	26.2
5	金	地粉うどん	牛乳	とりねぎうどん ちくわの磯辺揚げ 白菜とえのきの煮浸し	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 かまぼこ 焼きちくわ あおさ 油揚げ	ながねぎ にんじん こまつな はくさい えのきたけ	606	28.1
8	月	鶏のから揚げは領家小のリクエストメニューです。			米 さとう でんぶん なたね油	牛乳 油揚げ みそ とり肉 あおさ かつお節	かぶ たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう はくさい	597	25.1
		ごはん	牛乳	かぶのみそ汁 鶏のから揚げ 磯香和え					
9	火	ごはん	牛乳	鶏ごぼろごはん けんちん汁 さばのみそ煮	米 なたね油 さとう さいとも	牛乳 とり肉 油揚げ とろろ さば みそ	ごぼう にんじん たけのこ さやえんどう だいこん ながねぎ しょうが	664	24.8
10	水	黒パン	牛乳	ミネストローネ ウインナーの香味揚げ キャベツソテー	パン 黒とう じゃがいも さとう マカロニ オリーブ油 小麦粉 ごま なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 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 ビーマン	588	21.0
11	木	米粉入り シュガーパン	牛乳	白菜と肉団子のスープ オムレツミートソースかけ ジャーマンポテト	パン はるさめ さとう でんぶん じゃがいも なたね油 米粉 大豆油	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 ベーコン	はくさい ほうれんそう にんじん たまねぎ エリンギ	585	25.1
12	金	ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 揚げぎょうざ 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	キャベツ もやし ながねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな たまねぎ	603	27.9
15	月	ごはん	牛乳	せんべい汁 みそカツ きんぴられんこん	米 せんべい なたね油 さとう ごま パン粉 でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ みそ ぶた肉 大豆	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう しいたけ れんこん	665	25.4
16	火	ごはん	牛乳	わんたんスープ 鶏肉の韓国風照り焼き もやしの炒め物	米 さとう ごま ごま油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	たまねぎ ほうれんそう にんじん ながねぎ にんにく もやし こまつな	587	24.9
17	水	子供パン	牛乳	パンキンポタージュ ハンバーガーデミグラスソース こまつなサラダ	パン ごま油 さとう 小麦粉 ラード なたね油	牛乳 とり肉 大豆 ツナ 脱脂粉乳	かぼちゃ たまねぎ エリンギ こまつな にんじん トマト	599	26.3
18	木	今年度のテーマは、「かむ力を育てよう!」です。						598	20.9
		ごはん	牛乳	いも団子汁 ポークソテーオニオンソース 青菜のソテー	米 さとう でんぶん なたね油 じゃがいも	牛乳 油揚げ ぶた肉	ほうれんそう だいこん にんじん ごぼう ながねぎ たまねぎ こまつな エリンギ		
19	金	いも団子汁には、弾力のあるいも団子と根菜が使われているので、かむ回数が増え、かむ力を育てます。						698	27.9
		きなこ揚げパンは元郷小のリクエストメニューです。							
19	金	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ きなこ揚げパン 花野菜のサラダ	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう パン なたね油 ごま ドレッシング	牛乳 ぶた肉 レバー きなこ	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく ブロッコリー カリフラワー トマト		
22	月	キャロット ピラフ	牛乳	クリームシチュー クリスピーチキン ほうれん草とコーンのソテー 米粉のクリスマスチョコケーキ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう パン粉 米粉 やし油 ココア	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳 豆乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー ほうれんそう とうもろこし	718	26.4

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。

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。



←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



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、
北朝鮮が多くの人々を拉致しました。
「らち」は本人がのぞまないので連れ去ることです。
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→



クリスマスおはなし会のお知らせ 川口市立図書館

小学生向け

ちよつと特別なおはなし会に参加してみませんか?
クリスマスにぴったりのおはなし会を開催します♪

●中央
12月6日(土)
時間:15:00~15:40
会場:7階 プレゼンテーションスタジオ

●前川★
12月20日(土)
時間:15:00~15:45
会場:3階 講座室

●新郷★
12月13日(土)
時間:15:10~15:40
会場:1階 日本間

●戸塚★
12月20日(土)
時間:15:00~15:50
会場:2階 図書館会議室

●鳩ヶ谷
12月20日(土)
時間:15:00~15:40
会場:1階 おはなしのへや

★マークの会は事前申込が必要です。
詳しくは、お近くの図書館へお尋ね
いただくか、または図書館HPを
ご覧ください。

●芝園分室
12月23日(火)
時間:15:00~15:30
会場:子ども閲覧室

●芝北文庫
12月24日(水)
時間:14:30~15:15
会場:日本間1号

